飲食春秋

中國飲食面面觀

陳潞著

飲食春秋

中國飲食面面觀

陳 潞 著

趣味系列

奔馬出版社出版

書　名／飲食春秋
作　者／陳潞
出　版／奔馬出版社
荃灣地鐵總站南豐中心1143B室
電話：0-467068
總代理／星輝圖書公司
香港上環新街28—30號地下
電話：5-461196，5-460884
印　刷／太古印刷公司
香港鰂魚涌船塢里臨海工業大厦7樓B座
版　次／一九八六年六月初版
定　價／港幣十八元



■ 陳潞

廣東順德人

常用筆名有陳潞、陳泰來、東西居士……

長期從事編撰工作。

曾任香港良友畫報執行編輯，

良友圖書公司大型畫册《錦繡中華》

編輯委員會主委。

星報中文版編輯。

現任某著名日報編輯。

著作極豐，散見各大報刊。

已出版之專著有《嶺南新話》、

《醉翻風月鑑》、《飲食春秋》。

另其個人十項文體選集《十不閒集》

亦在排印中。



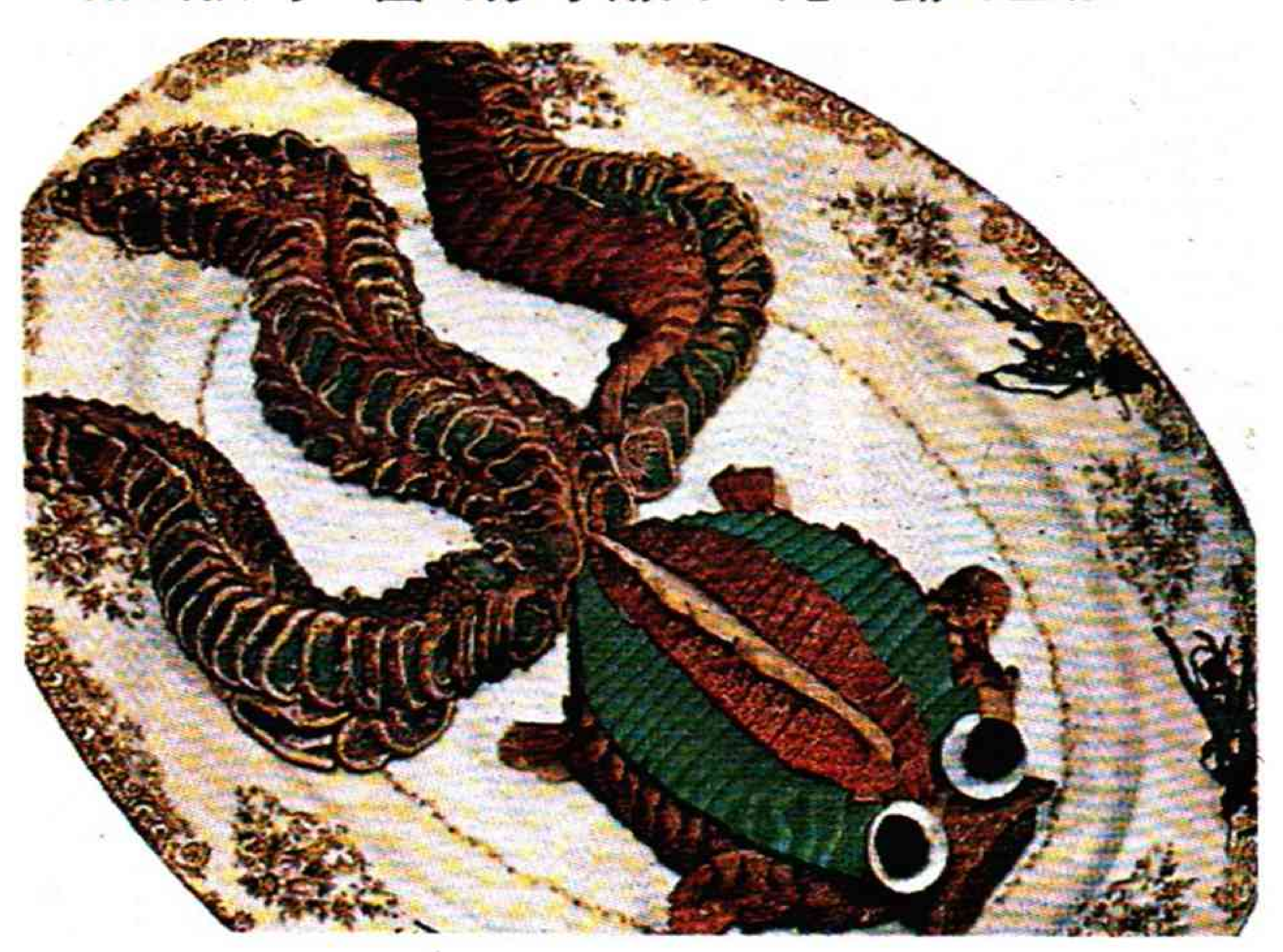
明代人物畫大家仇英作



■ 李白春夜宴桃李園圖



■將菜餚砌成悅目形式，是中國傳統烹飪技術的附屬技巧。圖爲妙手砌出一尾生動的金魚。



■把可口的佳餚砌成可觀的圖樣，是色、香、味三大要求之外的巧藝。圖爲名師「繪」製的大花。

● 滿漢全席中，廚師精心製作的各種麵粉擺設。



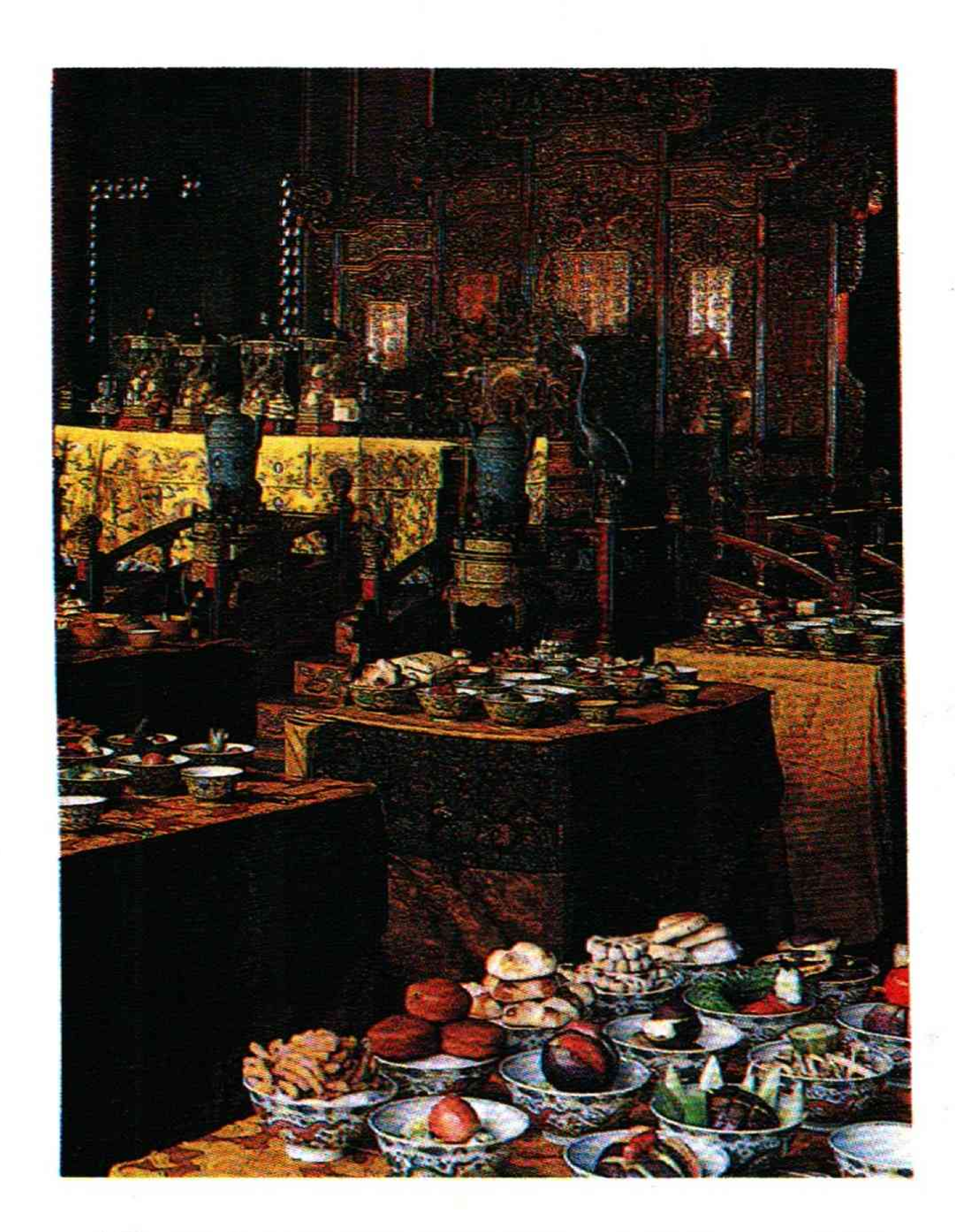
■長白山熊掌



■四瑞獸之一「虮蝢」



■蜜果「紫袍仁面」



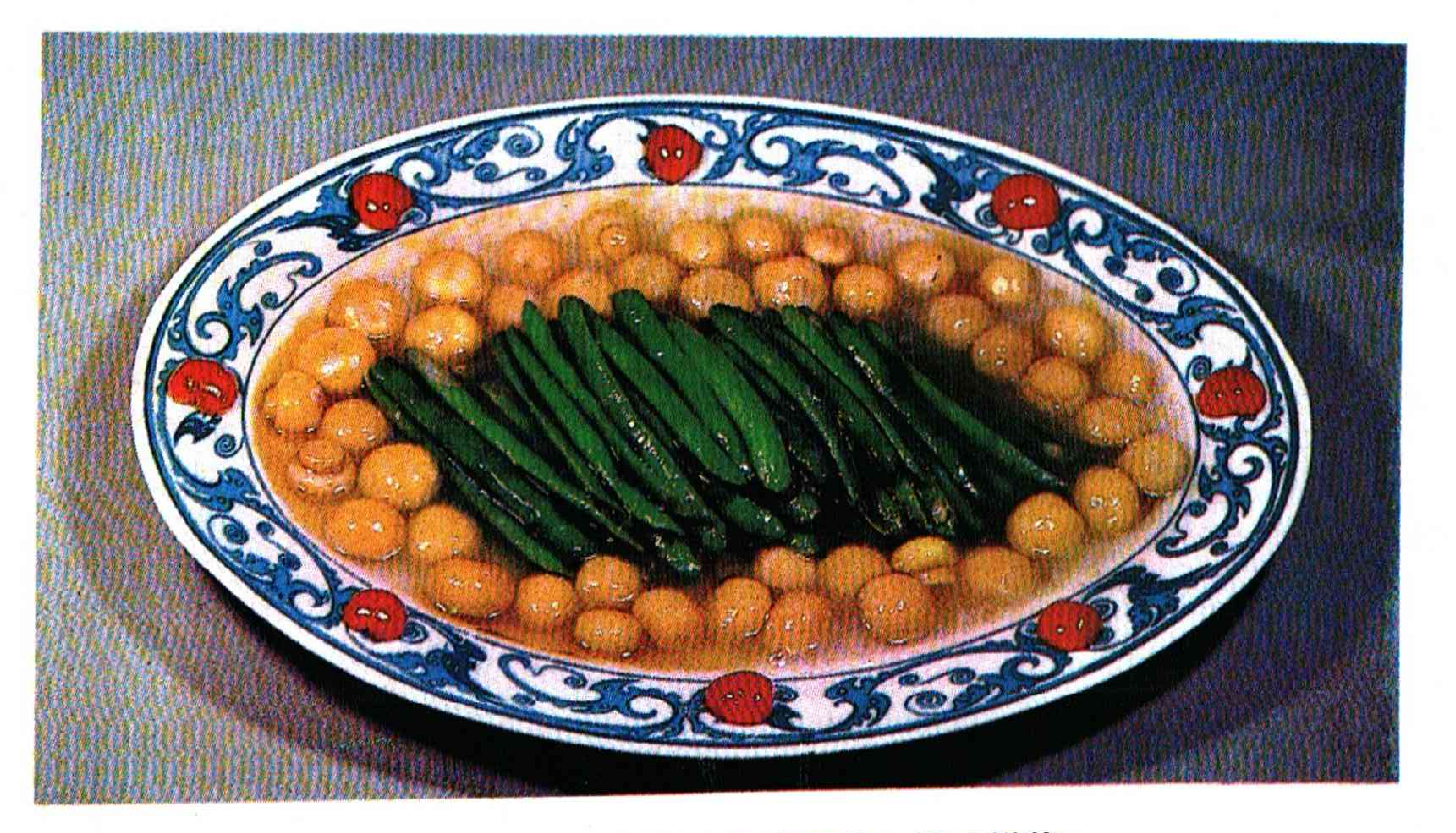
■乾清宮是內廷的主要宮殿。每逢節日，內廷的賀筵以及宗親宴、家宴都設在這裡。



■一九七五年，曼谷來客在「京華」擺滿漢的特殊陳設。



■五光十色的蔬菜，都是做齋（齍）原料。



■一盤清鮮可口色彩悅目的素菜：扁豆鮮蘑。



■ 新安盤菜。

■活色生香的生菜包。

醉茶三集

飲食春秋

目錄

探討篇

奇食篇

鄉土篇

美茹篇

「飲食春秋」序

王亭之

陳潞老兄非「美食家」，所以雖然寫「食經」，卻不介紹時下酒樓飯館的菜饌，其所寫者，引經據典娓娓而談，王亭之以爲斯眞始爲食經也。

王亭之初耳陳潞語飲食之名，乃在「宋城」，試宋代食制。「宋城」主事人云，其宋代飲饌曾經名家考訂，名家者，乃陳潞也。當夜有「苜蓿盤」一味，王亭之擊節稱賞其考訂飲食源流的功力，由是始因梁多玲之介，與陳潞訂交。蓋王亭之亦非「美食家」而好談飲食之流亞，難怪惺惺相惜。

陳潞談飲食，咬文嚼字的功力大勝王亭之，如考訂「焅」即是「焗」；「熝」即是「煨」；「鐺」即是「鏄」；「釜」即是「煲」，對烹飪法制及器用的專有名詞古今轉變，甚爲留意，因此才有資格將古代食制發掘出來。故讀陳潞談飲食的文字，有讀史書

的樂趣，同時更滴饞涎。

以食狗肉爲例，今人以爲粗鄙，却不知此爲古制。陳潞由周代的狗羹談起，至「內則」的猪網油串燒狗肝，以至乾隆皇於五十一年人日食的蒸肥鷄燒狗肉攢盤，一一舉出例證，乃知中國人絕不以食狗肉爲不雅。以爲廣東人專食狗肉者，蓋不知古代文化南移，廣東與福建兩省反而保存了許多古代的文化，連同飲食文化在內。王亭之嘗云，研究宋明兩代的飲食，非研究地道潮州菜不可。

今陳潞老兄將歷年零星發表的舊作，重新整理成集，曰「飲食春秋」，皆史篇也，若欲識飲食制度源流，以及引古證今，明白今日一些食制的廬山眞面（如「佛跳牆」與「生菜包」），非讀此集不可。

近十餘年，食經食譜出版至夥，唯陳潞此書必可傳世。另一本必傳之作，則是王亭之尚未動手寫的「餅經」。一笑。

自序

這本書，是我十年以來所寫「飲食」文字的部分結集。初寫這類文字時，市上標出「飲食」的專題雜誌，似尚未見；稍後，目前居老牌地位的一種出版，我應邀闢欄寫了好幾章，本集各篇不少自其中選出。

我之寫「飲食」，重心常不放在飲食本身，而在其關係部分。實在說來，寫的是飲食文化。我最初用的一個欄目，就是「中國飲食文化散頁」。所以用「散頁」字樣者，因知難望能順利發表一輯有計劃有組織的作品，與其中途腰斬，不若早爲之計：篇篇是「散頁」，寫得幾頁是幾頁。

果然，飲食的散頁寫到「之四」，編者就要求換題材；於是改寫「中國服飾文化散頁」，第一篇題爲「盛唐美服與畫意詩情」，發表於七七年二月。全文約三千字，彩、單色插圖六幅。後來，沈從文教授巨著「中國古代服飾研究」，於八一年九月出版。沈氏致

志文物研究三十年，長期以來掌握不少第一手資料。曾翻閱其書所述唐代文章，竊幸拙文尚無大誤，選圖亦多所相同，而面世早於沈書四年餘。

每念及香港氣候如適合文化之花開放，則我的「散頁」，說不定七、八年前也會彙成整編的。由此，就有了把若干「散頁」貫串起來的意願。

本集所收的，曾分別在三種刊物發表過，亦皆於各篇之末註明，並繫年份。除了那三種外，我還曾應「每週經濟評論」主編談錫永先生之邀，闢「銅臭肉香篇」於該刊，約莫寫了兩年後，才以工作過忙而止。那一百幾十篇稿子，雖有不少自以爲愜意者，却因屬較後期所作，未收本集之內。

本集分「序幕」、「傳統」、「探討」、「奇食」、「鄉土」、「美茹」六類，都三十篇，要皆自抒所見，無可矜伐，亦不須謙遜。我寫的「飲食」文字便是這個樣子的。丙寅新春，陳潞序於醉茶齋。

序幕篇



■大盆大碗的「新安盤宴」，應該是最可以代表香港地方本色的菜餚。

眞正代表香港的菜餚

——序幕篇

要說可以代表地方本色的菜餚，像上海「眞正」老正興的炒禿肺，北京全聚德的烤鴨等等，許多人可以舉出一大串來。可是，要問代表香港本色的菜餚是甚麼？就可能「考起」不少香港人。

當然可以振振有詞地說：「代表香港的菜餚就是粵菜，其中名饌如痲，豈止一兩種之簡單！」

這答案不是不對，却稍嫌不夠細緻。如果從廣義上說，答稱「代表香港的菜餚是中國菜」，那又何嘗錯了？

今日要說：「新安盤宴」才是十足香港本色的菜餚。此語也許驚人，却非怪論。雖然香港長期以來推出粵菜爲代表菜，却實在屬於「借兵」性質，爲了借的日子長久，並且賓主相得異常，彼此泯滅界限，主人有意請客卿做長期代表，客卿也漸漸以正式代表自居；一旦更具資格的正式代表現身，大家反而詫爲從不認識了。

非此無以盡情

新安盤宴，更多人稱爲「新界盤菜」，那是從狹窄角度來看的命名。「新界」的歷史，算來不到百年，盤宴歷史當然比新界悠久。盤宴是新安縣飲食文化的產物，港、九的前身原是新安地方，所以，保留着新安地方本色的菜餚，才是眞正足以代表香港的地道菜餚。

有些談盤宴的人，對這種保存着濃厚民間傳統的飲食形式，缺少一份敬意，只重於其中的「趣」。其實這種元氣淋漓的宴飲，特別適合於農村社會，同席者毫無界限，但覺親切；故此，今日新界各圍村的歡聚場面，仍然非盤宴無以盡情；他們的財力足以假

華貴酒家大排筵席，但華貴酒家裡找不到盤宴的特有氣氛，於是盤宴的習尚還在遞嬗下去。

喜慶濃度十二分

盤宴起源，有從北宋末年帝昰、帝昺南來時說起，或者有人還追溯得更遠。無論如何，這是地方人士在隆重場面的飲食儀式。在這些歷史和地方背景之下，說到「盤」的質地和形狀，「菜」的材料和層數，倒是次要的了。

雖然次要，却也可以說。茲以某次參加新界坪山鄉鄧宅新居落成慶典的盤宴爲例，略言其概：

盛菜的盤是深盤，圓形，徑可一呎，高可八吋，稱之爲「盆」也未嘗不可。盤有木製與不銹鋼製二種，每席一盤。當其熱騰騰捧至席上時，菜餚高高堆起，像個小山。聞每盤用料約共二十斤，若以十大簋平均，每簋可達二斤。一般酒席無此份量。

盤裡的菜餚，從上層吃下去是由精而粗；從開始一層層裝上去則由粗而精。底層的

蘿蔔、豬皮，據說幾乎是固定的；然後是：紅炆大蟮乾，炒魷魚，豬肉圓，燒豬肉，肥鵝，大鴨，大蝦……實在記不清多少。

宴飲是「流水席」形式，在新居內外舉行，主客皆親切有禮，近鄰遠親都真摯的高興，喜悅的投入，情景實在動人。加上由喧天鑼鼓簇擁到賀的一頭醒獅，在門外「地塘」大顯身手，技藝非凡，把喜慶的濃度提高到十二分，那更是赴酒樓之宴所見不到的了。

黃鐘大呂之音

說到盤宴的適口方面，可謂箸箸原味，不以花巧工夫見長。此乃黃鍾大呂之音，氣勢磅薄，毫無假借；而不設羹湯這項特色，也是宴會中所少見的。

新安縣志輿地門風俗篇，開宗明義就這樣說：

「自永嘉之際，中州人士避地嶺表，茲邑禮義之漸，所由來矣。其樸拙成風，巧飾不習，雖未盡出於正，不可謂非忠厚之遺也。」

以上的「樸拙成風，忠厚之遺，」這八個字正是新安盤宴的恰當形容，既無貶抑成

分；更非揄揚過度。論樸拙，未參加過這種宴會者，不妨參閱由是日席上所攝照片製出的圖。是日陰雨，又時在黃昏，而從不帶閃燈，故照片不理想，但仍可見盤菜本身與桌面的「樸拙度」。論忠厚，則主家以滿盤滿砵饗客，客人以碗盤狠藉報主，亦可雙方同稱「忠厚」了。

新安縣志風俗篇又說：

民多重商農而後商賈。農人種田，一年兩收。器用取渾堅，不事淫巧。

引文裡所謂渾堅，意爲渾厚堅牢；所謂淫巧，乃渾堅的相反，新奇精妙而不實用之謂。像盤菜裡的那個「盤」，眞是「渾堅」極了，可見這正是民族本色的傳統作風，前文「樸拙成風」，就是指這些地方。

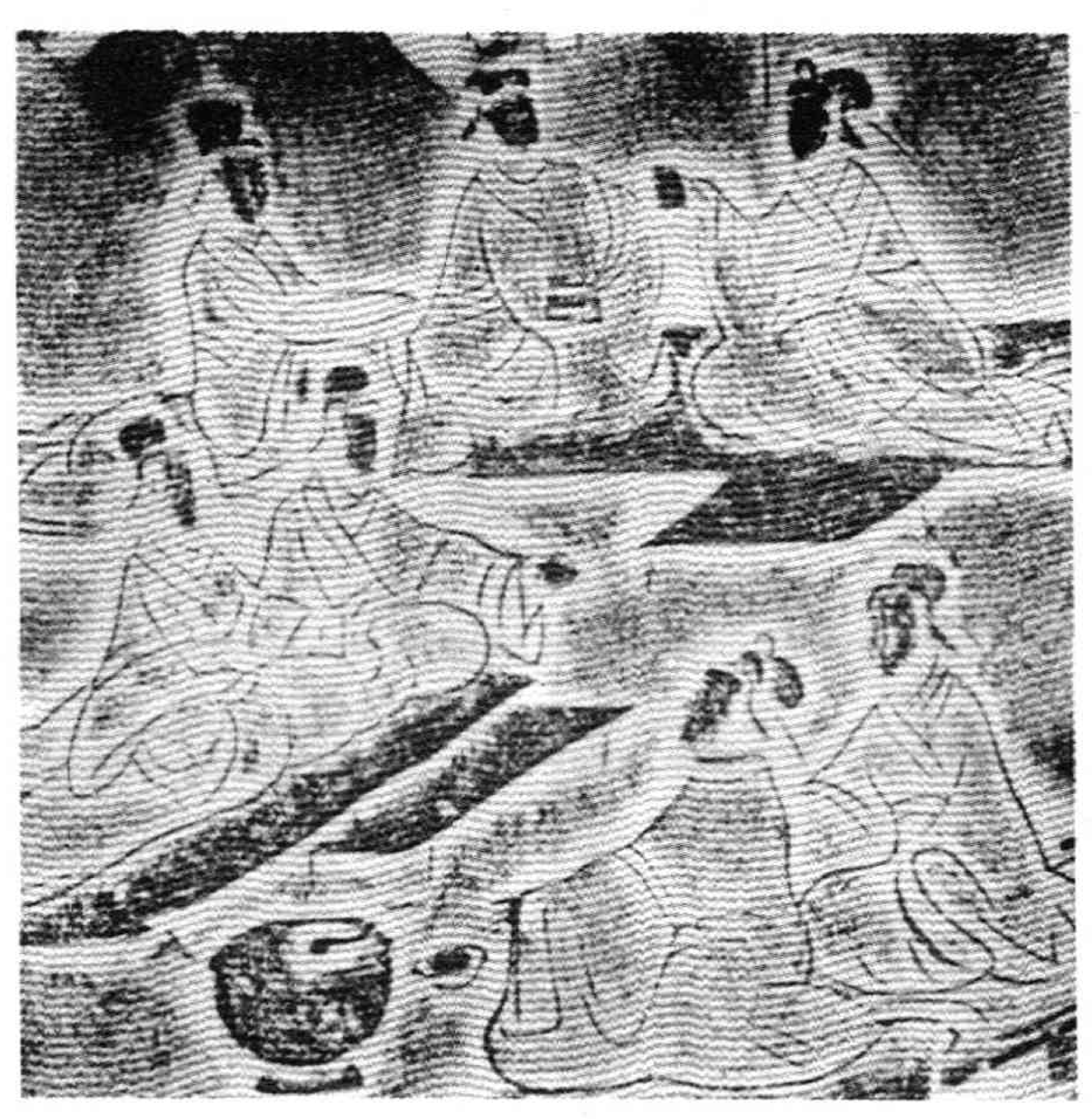
縣志裡說到「永嘉之際」，泛指西晋懷帝在位，年號永嘉那段時期（公元三〇七至三一二），那是「五胡亂華」（開始於公元三〇四年）高潮的初現。五胡之亂前後達一百三十餘年，其中永嘉之亂是歷史上有名的，當時中原的人紛紛南下逃難，是中國歷史上幾次有名的由北而南大移民之一。

「永嘉之亂」通常指永嘉五年（三一一），石勒攻陷京都洛陽，殺了太子及百官，擄去懷帝那一年。算起來距今一千六百七十餘年。根據縣志，新安的文化志裡所謂禮義，是那些中州移民來了後，漸漸發達的。

我們談「新界盤菜」，固然不可「膠柱鼓瑟」，硬說是千餘年前的中原遺風，但亦不可不知有此「上文因果」。

——一九八二‧刊「飲食世界」

傳統篇



■四川漢墓畫石像酒宴圖。

周時食譜漢時廚

——中國飲食文化之一

一九七六年九月最後一天的晚上，香港高等法院判了一位在鬧市開槍致人於死的探員死刑。此案宣判之前，七位陪審員退庭商討了十一小時，然後決定。由此產生了下述小小插曲——

插曲是：該日下午，一位歐籍女陪審員的丈夫打電話到法院查詢，問及他太太何以不回家安排晚餐？

如果以此地中國人家庭的習慣來說，「安排晚餐」便是煮晚飯。那麼，由這小小插曲所得的結論：不論東西方人士家庭，「煮飯」的責任仍然由主婦負起。

在新舊交替的今天

靠了科學家幫忙，現代主婦入廚，已有過半工作進達按鈕化之境。試看：電飯煲、電（或其他能源）焗爐、微波感應爐、壓力煲、電子瓦罉、攪拌機、洗碗機、電冰箱、……那一樣不幫了負責廚政的人的大忙？若說從前，單獨「採薪」（上山斬柴，到郊野割草）一項，已經是超過現代入廚全部工作多倍的體力勞動。就算買柴來燒，也得經過劈柴、晒柴、收柴、生火、看火、吹火……這許多事項。比之一按即燃，能源不竭，眞差得太遠太遠！

不過，同在一地的新界，今日仍有不少主婦在濃烟瀰漫的廚房裏生火燒飯。在這新舊交替的今天，介紹大家知道一點兩三千年前有關入廚烹飪的情形，是有意義的。

「也會攻讀內則篇」

在飲食文化上，中國是絕對的先進國。

歐洲有些大國，近代才知道烹飪之中，除了鹽還有別的調味品。百餘年前運鴉片東來的船隊，卸下鴉片，試運些調味的各種香料回去，才刷新了他們鑑味標準；初到歐洲的香料，被人以黃金相等價錢搶購，商人又大大的賺上一筆。這是附帶說上的小小插曲。

中國人講究美食的年代，到底早到甚麼時候？這是個有趣問題。這問題不能憑空回答，得有書上的紀錄做根據。那麼，我可以從「內則」引兩種繁複驚人的食譜做個證明。

「內則」是古書禮記的篇章。今日有女兒出嫁的舊式家庭，門外還有張貼「敢謂素嫻中饋事，也曾攻讀內則篇」的對子。下聯的「內則篇」就是指禮記裏講述男女居室、事父母舅姑、做家務等部分。在這裏頭，可以約略窺見三千年前（商、周時代）中國婦女生活的影子。——如今只從中錄出兩種食譜的烹飪方法。食譜名稱是現在加上去的。

一、富貴粉蒸肉（原稱炮豚）

按：今日蘇浙菜中有所謂富貴雞，而據說這種食譜初時名爲「叫化雞」，有人認爲最初記述這種食譜的是平江不肖生（在武俠小說「火燒紅蓮寺」裏）。誰知三千年前已

經有類似的烹飪方式。妙在和「粉蒸肉」（也是蘇浙名菜）合璧。以下照原文意譯：

用一頭宰淨的豬牯或羊牯，把棗肉塡入腹腔，然後拿柔韌的蘆草纏滿裹密牠全身，外面厚厚塗上一層黏土，就送到火上去烤。

烤到濕的黏土乾裂，拿下來除去泥和草，又把豬（羊）身上的筋膜等不適口部份棄去，再以調備的米粉稠漿，糊到肉上面，隨即放到油鑊裏炸（註明油量必須能把整頭豬或羊淹沒），直到炸透。

第三部工作，把炸好的豬或羊放在鼎裏，再把鼎放進一個更大的沸水鼎中，不停火燉三天三夜，火候才足。食時用醋和肉醬調味。

二、五牲梅頭午餐肉（原稱擣珍）

按：「午餐肉」是今日才有的食品，這個周代食譜却也確實可以借用。「梅肉」的叫法許多人以爲現代才有，誰知三千年前稱豬牛脊裏全瘦不韌的部份叫脄肉，脄肉才是「梅肉」的正確寫法，脄字的讀音就實實在在是「梅」。現在本文按照今日習慣寫「梅

肉」。這個食譜，寫明「肉必胘」（一定要用梅肉）的。以下照原文意譯：

取牛、羊、麋（似鹿而大）、鹿、麕（即麞）任何一種的肉——必須梅肉，份量不拘，放砧上，用槌子去槌。一面槌，一面把肉翻轉，一面把槌不爛的筋、膜、腱等等，揀出拋棄。

一直把那些肉槌到極爛，拌得極勻，就把調味的醋醬加入攪勻，使肉質柔和，才煮熟進食。

以上兩種食譜，第一種（炮豚）可以做調製過程繁複的代表。燒、炸、燉集於一菜，時間上則至少費四天工夫。第二種（擣珍）可以做選材嚴格、想像力豐富的代表。越南有種著名傳統食品叫做「唷」（遇賀切），相信做法有相像地方，却不同於現代的「肉末」或「千刀肉」。

古人生活的寫照

古代的炊具，許多是體積非常大的。看了上面整頭豬羊烹煮的食譜，會概略知道大

鼎大鑊的實際用途。可是，古人在實際使用起來的情形，到底是怎麼樣的呢？那是許多人都想知道的，也是極有趣味的問題。這些問題，隨着由發掘古代墳墓而獲得的資料陸續增加，而有愈來愈多的揭露。

陸續出土的有關資料，有些是實物，像炊具、食器、爐灶等。這得靠着文字的記錄，方才能夠構成一種大概的想像。但有些資料是一幅幅的古代生活圖畫，刻在大型墓室的四壁。流傳下來，便是古人各種生活的寫照。無論多麼詳細生動的文字記錄，都不及一幅圖畫。本文幾幅附圖，都是專家們照一些漢墓壁畫摹寫下來的。原圖經過一千多二千年的剝蝕，當然有不少不清楚的地方，攝影和拓印都難免模糊；專家的摹寫，可以幫助我們較眞切地看到。

下面文字，引導讀者詳細審閱那些熱鬧的「庖廚圖」：

大小庖廚圖解

大幅庖廚圖，原高約三呎，闊約五呎半，一九六一年底，在河南省密縣一座漢代顯



■漢代庖廚圖（參閱內文詳細圖解）。

貴的墓室中發現。那個墓室長八十多呎，闊六十多呎；幾幅壁上都刻着圖畫，所畫的多半是死者生前財富和豪華生活的寫照。

庖廚圖中，有四種不同炊具，在四種不同方式之下烹煮着東西：

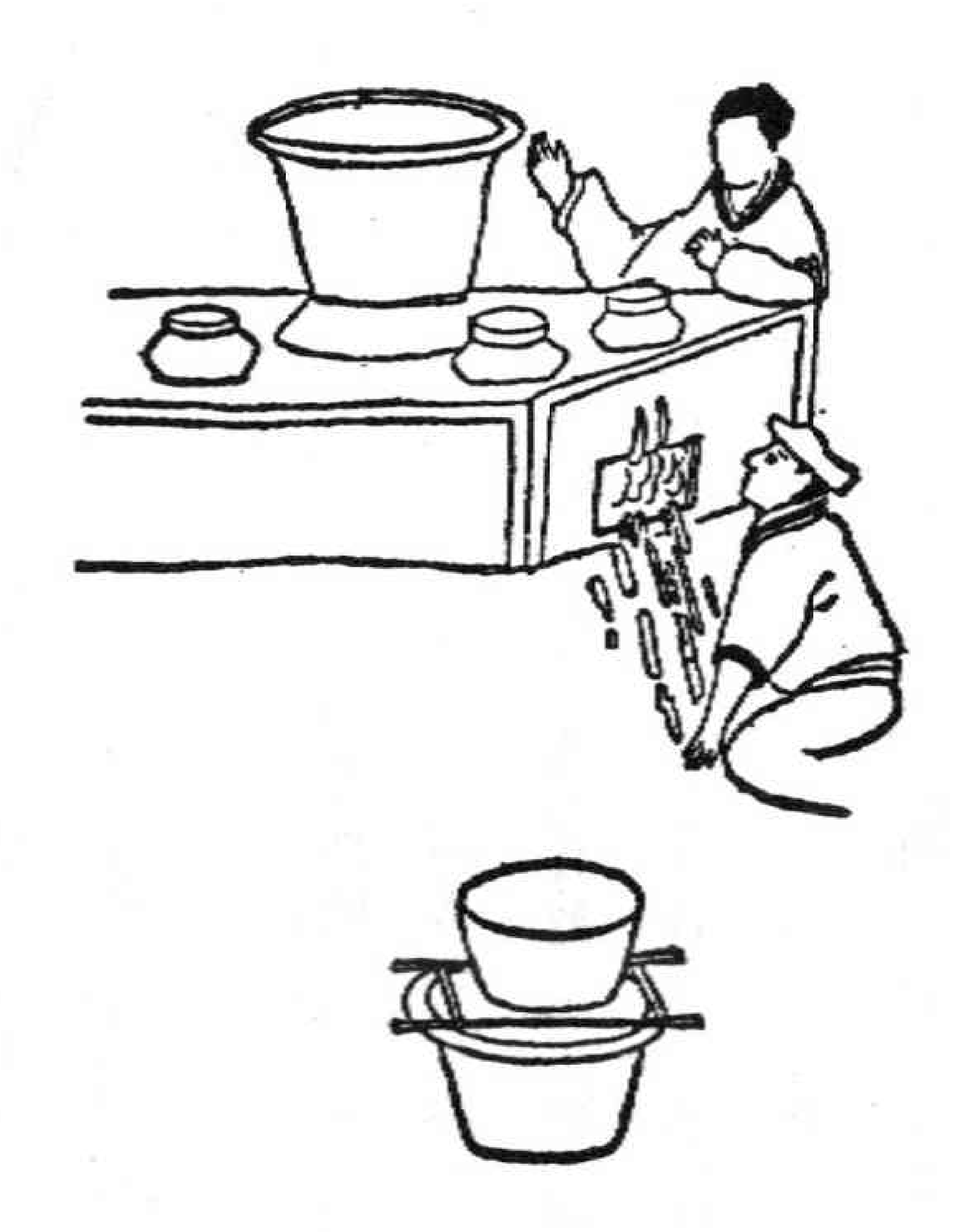
•右上方是個固定的方形灶。方形的灶口下有木柴露出，灶口上有火舌伸出。灶的另一端有烟囪。灶上面放着蒸飯的大甑和煮東西的釜。灶後一個人做着烹飪工作；灶的左方，一個人負着薪走過來，準備增添燃料。

•灶的左面是個蹄足大鼎，鼎腹刻了獸頭銜環。鼎下烈火熊熊，鼎上蒸汽滾滾，旁邊一個人用木棒伸入鼎中翻攪裏面的肉類。

•大鼎對下是個烹煮小塊肉類的中鼎。右旁放一隻大瓢，瓢上一隻小勺，旁邊有個高身盆。下面有個人，伸手到一個大盆裏作淘洗狀。

•圖的左下角有個三脚爐，爐旁有鍊環伸出，爐上擱着大釜，正在煮東西。左方一個人正用一隻大的曲柄勺從釜內舀起東西；其右方一個蹲坐的人，一手伸入盆中，一手向持勺人，神態像說話。二人之間放着長方盤和小盆各一。

● 小庖厨圖



(1)方形大灶



(3)扛水

(2)汲水

‧上述四種炊具之外，畫的左上方還有兩個懸滿各種肉類的架子，架子下亂放着牛頭、牛腿；其下兩個端送食品到外面的僕役，前行者端着一盤魚，後行者端着有食具的圓案。‧圖的右下角是一個豎了木架的方井，架上有轆轤吊着汲桶。一人在牽繩汲水。另一人捧了盆立在側邊，作取水狀。下面還有個貯水的小缸。

此外的散置盛器，不逐一說到了。

幾幅小圖，從另一漢墓的壁畫摹出（一九五一年發現的遼陽三道壕漢墓），是一幅大圖的各部份：

方形的大灶上，也有飯甑，還有幾個小釜。灶前有個幹粗活的小火工，灶側立着一位主持烹飪的女性。灶旁兩隻疊起的容器，好像在瀝乾些甚麼東西。

汲水的一幅，有亭蓋的井欄上，裝着細腰轆轤。汲水的女子高髻綠衣，旁有盛水器。另一幅是兩女子用木架扛着一隻盛水器，也是廚中操作之一，大概像今人抬水。

按：漢代的起迄年份，由公元前二百零六年起，到公元二百二十年。即距離今日二千一百八十二年起，至距離今日一千七百六十五年。列出以供參考。

——一九七六‧刊「超群家庭雜誌」

席地而坐時期的宴飲

——中國飲食文化之二

從一個非常有名的宴會說起

正確點說，這非常出名的宴會，舉行於距離今日二千一百八十二年之前（紀元前二〇六年）。那是後來做了漢高祖的劉邦和楚霸王項羽相繼攻入咸陽，秦朝宣告滅亡的一年。那時，劉邦的十萬軍隊屯駐霸上（今陝西省長安縣東），項羽的四十萬大軍屯駐鴻門（今陝西省臨潼縣東），只隔幾十里對峙着；他們兩人的心理儘管是我要你死，你要我不活，表面上却是「友軍」。

這宴會，是當時兵力弱的劉邦親自跑到鴻門，向項羽解釋「誤會」，項羽特爲欵待他而設。「鴻門宴」就是後人給與他們這次宴會的稱謂。太史公司馬遷在史記裏對這戲劇性的宴會有生動描寫，我們只要稍稍加以想像，便能夠模擬出這歷史上有名的大宴是怎樣進行的。

史記裏敍述的文字很簡單，說到席上五個主要人物的位置，只有廿二個字，讀「項羽本紀」的人很容易忽略過去。其實這驚心動魄千鈞一髮的場面，如果忽略了現場形勢，就「看」不淸楚那驚險緊張實況。所以，我們必須先看看圖一，知道那時的人進膳是大家屈膝跪坐在鋪了席的地上，前面放置承着食具的矮案。「鴻門宴」在廣闊的營帳中舉行，席與席之間大有距離。

史記寫他們幾個人的位置是：「項王、項伯東嚮坐，亞父南嚮坐，沛公北嚮坐，張良西嚮侍。」其中，項伯是項羽的叔輩，亞父是項羽的軍師范增，張良是沛公（劉邦）的隨員。

他們的位置，最好用一個「叵」字來形容：缺口的一邊是東方，那麼項羽和項伯聯

席坐左邊直豎位置（向東），劉邦坐的是下邊橫畫位置，軍師范增就坐了上邊橫畫位置，隨員身份的張良就侍立劉邦席旁，背外朝裏，留意着一切動定。「叵」字裏的口字，正好比擬席間的空位。

明白了設席形狀和各人所在方位，才明白范增舉起玉玦向項羽隔席示意幾回，暗中催他下手殺劉邦的情形；也明白范增知道項羽下不了手，便怎樣出去吩咐項莊進帳，以舞劍娛賓爲名把劉邦殺掉；和劉邦結了親家的項伯看到情形，又怎樣起來舞劍，在有意無意保護劉邦。這兩人舞劍的地方，就在「叵」字裏的口字了。

到張良看到情勢危急，匆匆到帳外通知跟隨赴會的猛將樊噲，樊噲用盾撞倒衞士衝進帳內，「披帷西嚮立，瞋目視項王，頭髮上指，目眦盡裂」，所站位置就是「叵」字外圍缺口的一邊。

當時項羽看到帳外忽然撞進這樣一個人，即「按劍而跽」，喝問甚麼人；他原本安然地兩膝屈着跪坐飲啖，變爲「跽」（半跪）就是採取了隨時可以起立應變的戒備姿態。——一切那麼劍拔弩張，而又出現在如此觥籌交錯的場所。

晏子孔子同代不同吃法

現在我們更進一步，從秦漢之間的宴會形式探索到更早的周朝，從兩位著名人物的記錄去看早於「鴻門宴」兩三百年時候，兩種不同的進餐態度。一種的代表人物是齊國出名的相國晏嬰（晏子），另一種的代表人物是魯國出生的聖人孔丘（孔子）。

據「晏子春秋」：晏子自奉非常儉省，每頓吃的東西很少，同僚梁丘據看不過眼，攛掇齊景公突如其來的在晏子進食時候到他家裏，果然見到他和老妻吃的只有三隻燒鳥兒，五隻蛋，一缽青菜，一罌飲料，和一些糙米飯罷了。

晏子那罌飲料引起後人不少爭論，有的說是茶，還用來做東周時候開始有人飲茶的根據。有的說不是茶。這且不管，古代菜餚多是射獵而來，射鳥和獵獸的圖形遺留下來很多（見圖）。晏子身爲相國，吃這些東西實在是很儉省的。

孔子是晏子同一時代而稍稍後生（孔子之死後於晏子廿一年）。在飲食上，孔子比晏子講究得多，留下來的紀錄也多得多和詳盡得多。那些記錄，載在無人不知的論語上。

論語「鄉黨」篇說（意譯）：孔子不許用舂得很草率的米做飯，不喜歡切得粗亂的肉片（食不厭精，膾不厭細）；飯或魚肉變了味，飯煮得太爛，都不吃；食物的顏色不正常，氣味不正常，都不吃；烹飪火候不足，或超過恰可的標準，都不吃（失飪不食）；不到應該吃飯的時候——或解釋爲不是當令的物品，就不要吃（不時不食）；肉類不按照正規來切割，弄得雜亂糊塗的，肉類沒有適當醬料配着的（像現代人吃燒鵝必須酸梅醬，吃塡鴨必須甜醬），不要吃。

此外，孔子吃肉和吃飯的份量都有節制，就算有着許多燒好的肉放着，也不暴食到超過飯的分量。他喝酒以不醉爲度。他不吃從外面買的酒或乾肉（怕不清潔或質素低劣）。他經常預備着生薑佐食（用以去腥穢之氣）。他不吃過量的東西。他不吃煮好超過三天的肉類。

一天吃掉六頭半羊

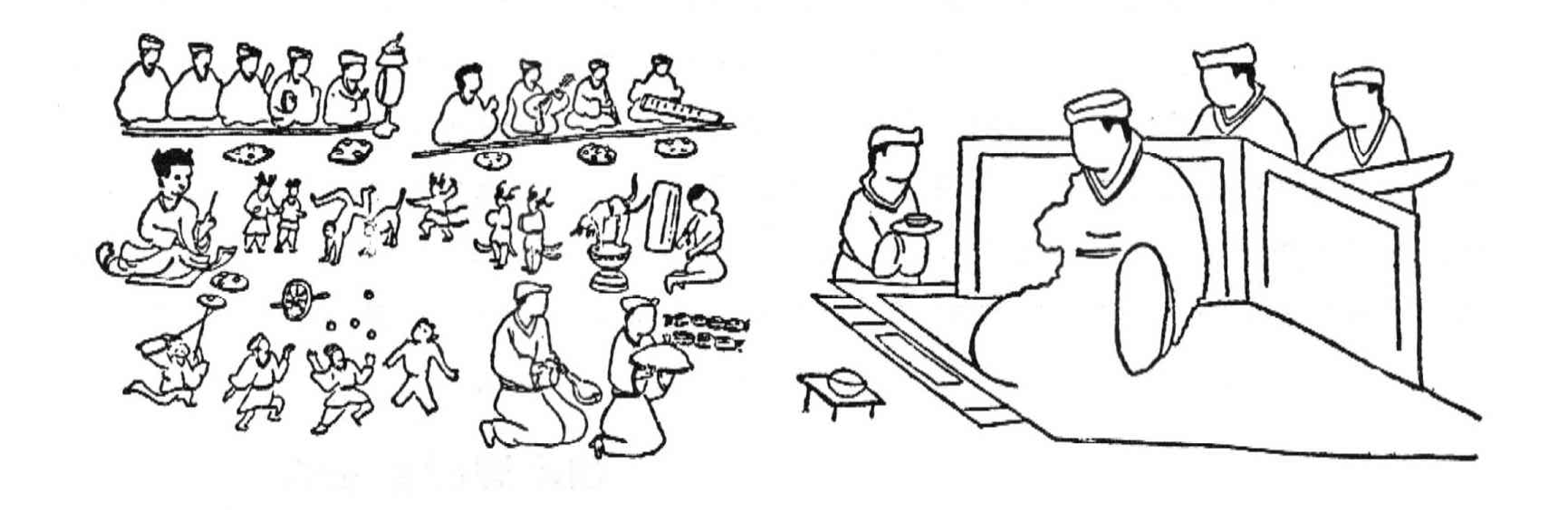
漢代以後，晉時有個石崇，是歷史上有名奢侈浪費的人，聞其名者很多；但稍前於

石崇而身份地位高過石崇，在飲食上出名浪費的，還有一位何曾。蘇東坡詩：「我與何曾一同飽」，就是指他了。何曾的「佳話」是「食日萬錢，無下筯處」。意思是一天花費一萬錢在吃的方面，還說沒有可以下筷的菜。

算一算晉時一萬錢的購買力多少，是很有趣的。據「搜神記」的一則記述說：有個叫宋定伯的人，把一隻鬼擔到宛市，那鬼變了一頭羊，宋定伯就在市上賣了那頭羊，獲得一千五百錢。當時石崇有言：「定伯賣鬼，得錢千五。」賣鬼的事是無稽，但晉代的羊價就由此「有稽」，一萬錢可以買到六頭半羊。何曾一天花的食費，可以夠晏子吃好幾個月了。

晉代（公元二六五——四二〇年）石崇、何曾，以至和石崇鬥富的王愷，就算拚命花錢，他們的盛宴還是在席地而坐形式下舉行的。漢代有許多墓壁上繪刻的畫陸續發現，席地而坐的大宴情形也陸續多見。大規模的宴會，席間常有整齊的大樂隊奏樂，另有歌舞雜技隊伍表演。「百戲雜陳」就是一句形容恰當的話。

最大規模的大宴圖，已發現的要算密縣打虎亭漢墓所見的一幅，原闊二十多英尺，



■ 獨樂圖（參閱內文詳細圖解）。

高只二英尺多點，右面的三分二長度繪了長長兩列（橫席）對坐的人，兩席中間的長長空位就是百戲雜陳所在。這幅圖一來太過狹長，不好處理；二來太過模糊，故此不予介紹。現在介紹的兩幅都是根據原畫勾摹的，可以看得淸楚些。

値得細看兩幅圖

圖一是一幅漢代人物賓主款洽的酒宴圖。

圖二可說是一幅「獨樂圖」。那一人坐着享受口腹耳目之娛的，不用說是非富則貴的特殊階級。他背後有侍從兩名，旁有獻飲料者，前面有兩名僕役跪着獻食，稍遠還有一人雙手反剪跪着，不知是否犯了過失的待責者。圖中「百戲」可以分幾組說明：上左長席坐的五個是歌手（原圖戴黑頭幘，穿雜色衣服），席旁處豎着的是一面「建鼓」。接着的四人長席是樂師席，四人都拿了樂器。左端中央有個跪坐席上的高髻女子，寫得很突出，她手執短棒，可能是全場指揮。以上人物，面前都有杯盤放着。

表演雜技的人，就算兩列各爲一組：上一組由六個梳丫髻少女和一個打筋斗一個扮

猴子（？）的藝員聯合表演，少女之一站到一個墩上做「腰反弓」（抝腰）。下一組有人轉盤（碟），有人舞輪，有人弄丸。表演正熱鬧地進行。

以上所述，是根據若干文字和圖畫記錄，拼湊出中國席地而坐時期大宴與小食進行的概略情形。亦即是說漢代（公元二二〇止）以前的情形。唐代以後，宴食方式有着劃時代改變，當於另篇述及。

——一九七六•刊「超群家庭雜誌」

由繁而簡、由散而聚、由低而高

——中國飲食文化之三

繁文縟節的古禮

中國的飲食文化，從茹毛飲血進步到熟食，再從熟食進步到調和五味、烹煮精良的階段，三千年前的周朝已經達到。當時有些菜色的烹調手續很繁複，要花四天時間才做得好，這是技術方面的；此外，當時飲食的禮節也非常的繁複。

大抵初期的人類社會沒有甚麼禮法，文明程度到一定時期，就建立起許多生活中的規矩來，這便是禮法。從現代觀點看，中國初時的禮法未免繁複一點，那也許是矯枉過

正的現象。所以，在歷史上的趨勢，漢代之後就有慢慢修正的趨勢。

現代人看三千年前我們祖先吃飯的繁文縟節，頗為有趣。「曲禮」（「禮記」的一篇）如此規定席上（一個人面前的矮脚長方盤形食案上）食物與調味品的標準位置：

不曾起出骨頭的肉類放左面，大塊的無骨肉類放右面（左殽右胾）。飯放在左手一面，羹湯放在右手一面（食居人之左，羹居人之右）。燒肉片放在最外層；醬料放在近身；葱等香料放在近席邊處；酒和飲料則放在右邊。

這像甚麼？相信大家都會想到西人進大餐時的禮節。可是，還有更像的地方：古代家長、族長、師長的進食，有子姪、學生等在旁執役，侍候周到。書中也規定了執役的禮節。較正式的宴會上，執役人就更勤謹。不過幾十年前，舊式商店的學徒還每每要侍候吃飯，等候盛飯，遞茶遞水，這是一點古代遺意了。

古時侍食之禮，須要預先準備各種匕、箸、盛器、酒、湯（相當日後的茶水），以便按照規矩與臨時發生的情形來處理；常把席上吃光東西的食器拿開而換上另一器等等，都像今日吃西菜情形。用刀（匕）割肉情形更像。這也足夠說明我們的飲食文化比西方

先進許多。

豬飲人乳人食豬

到了晉朝(公元二六五——四二〇年)，就是前文說過何曾一天費萬錢之多在膳食上那時代。那時社會上流行着奢侈風氣，「世說新語」記荊州刺史殷仲堪因天災，要以身作則，吃得特別儉省，每頓只吃「五盌盤」菜肴。一頓吃五道菜，就成爲歷史上儉約佳話，當時奢侈風氣可想而知。

「世說新語」記載晉時石崇和王愷鬥富，各以種種幼稚行動顯示富有，當然包括飲食方面，這常有人說到；石崇請客，使美人按席勸酒，人客如飲不盡觴，便把勸酒的美人即席推出斬首，這也常有人說到。較少人說到的一則有趣紀錄是：

晉武帝(姓司馬名炎，是晉朝第一個皇帝)有次應邀到臣下王武子(名濟，魏司空王昶的孫子，司徒王渾的長子)家裏飲宴。食具是整套的琉璃器(不是玻璃，和明清宮殿上琉璃瓦同一品類，初時是舶來品)，供菜與侍食的婢女一百多人，都是綾羅短衫長袴，

穿花蝴蝶似的來往執役。菜肴中有一味烝豚，香美得不像豬肉，皇帝也不曾吃過那種味道，就問王武子烹調上有甚麼秘密；武子回話：不關烹調的事，是小豬吃人乳長大的。皇帝聽了這話很不開心，沒有吃到終席便「起駕回宮」了。

「世說新語」在記了此事之後還加上一句：互相鬥富不休的王愷和石崇，都不會王武子這種「養豬法」。

今日聽到用芝麻餵雞，用啤酒餵牛，以爲耗費，誰知一千七百年前中國出過那樣的一批「識飲識食」的寶貝！

文人集會的典型

石崇的姬人綠珠，因跳樓保節而名傳後世；石崇的金谷園，因富麗而名傳後世，畫家用做繪畫題材的很多。可惜石崇宴客的豪奢情形，不見有畫圖留下。倒是石崇一家被殺後五十三年，以大書法家王羲之等爲中心的一次中國歷史上最有名的野餐會，一般稱爲「蘭亭雅集」的，千餘年來曾被千萬畫家繪成佳作，連日本人也照樣每年舉行紀念集

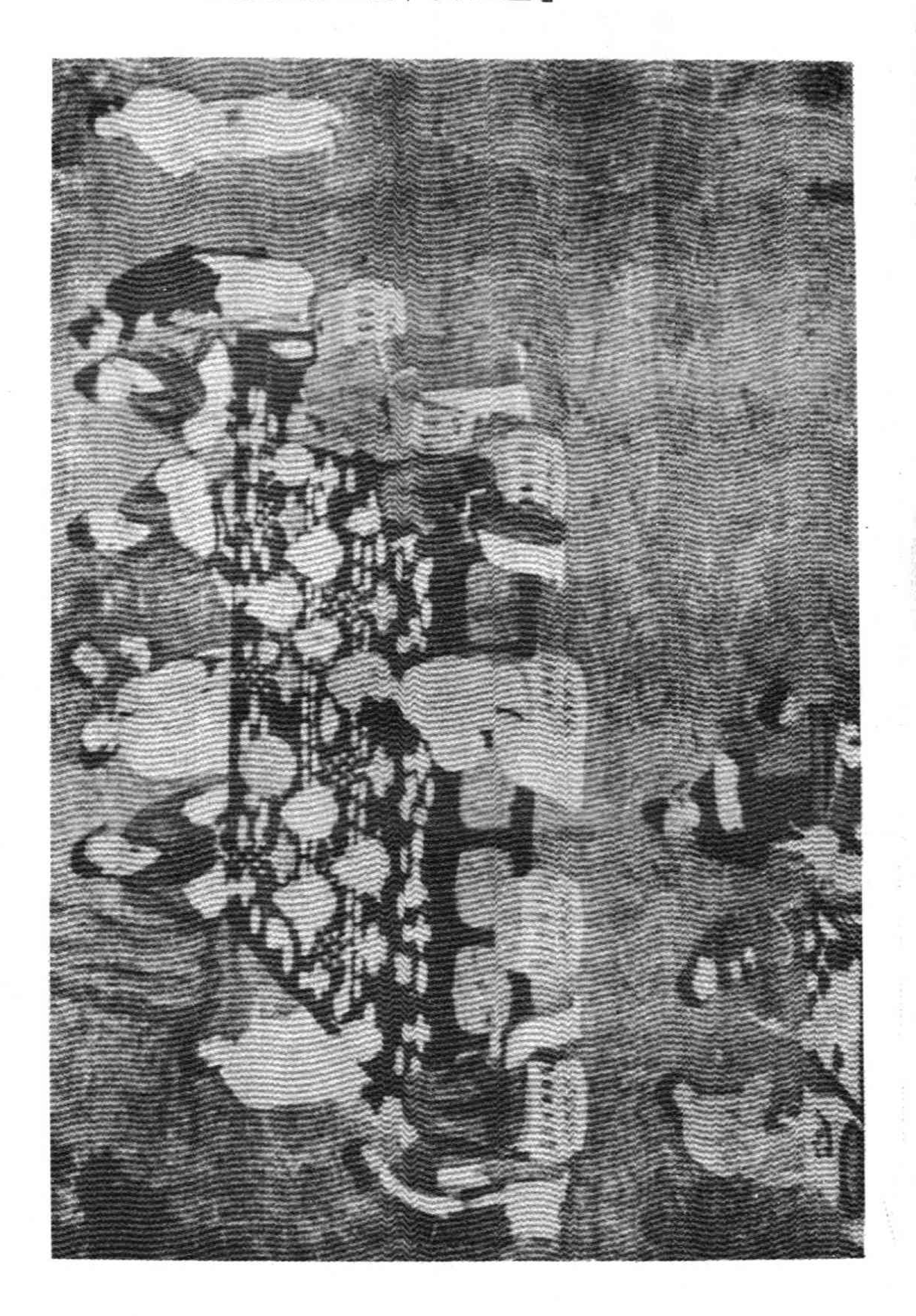
會。

那個野餐會所以出名，不在飲食上而在意義上，靠了王羲之一篇「蘭亭詩序」的傳播，成爲後世文人集會的典型，也成爲中國飲食文化中很特殊的一頁。當時參與這以修禊爲名的集會，名士如雲，少長咸集，共四十一人。地點是會稽山陰，重要節目是「曲水流觴」，藉着屈曲的小溪春水，把一觴觴的酒浮送到沿溪列坐的參加者前面。場面很活，很自然，唯一的拘束就是做不出詩的要飲罰酒。

食案由低而高由小而大

晋朝還是坐在地上（地上鋪了席或茵）進餐的時代。到了唐朝（公元六一八—九〇七年），漸漸有所改變。胡床（從胡人傳入的坐具）漸漸在社會高層中普遍起來，原本只有兩三寸矮脚的食案（方盤）愈造愈高，也愈造愈大。附圖「春夜宴桃李園」的長方食桌，雖然比後代的矮些，已經大異於席地而食的氣象了。

■宋徽宗繪的「文會圖」。



李太白的「春夜宴桃李園序」許多人都讀過，文章很短，所以能背出來的也很多，附圖就是追摹他們那回弟兄間叙天倫樂事的宴集。畫家是名氣非常大的仇英（十洲）。仇英是明朝人，和李太白只隔兩代，況且他又是個畫宮室人物的老手，相信他對只隔兩代的衣冠器物形制不會亂來。同時，我們據另一名畫五代人作的「宮樂圖」，圖中繪着九個唐時裝束形貌的宮女，圍着一張長方桌子列坐奏樂，一位貴婦持扇坐聽。兩幅畫的長方桌非常相像。五代距離唐朝更近，唐朝已有這樣的長方桌，可信性更深一層。

李太白在他那篇有名的序裏，對飲食沒有甚麼刻畫，只泛泛地說了兩句：「開瓊筵以坐花，飛羽觴以醉月」。在園子裏舉行夜宴總是不簡單的事。

唐朝是富足的朝代，當時杜甫詩「麗人行」描寫皇親國戚的大宴這樣說：「紫駞（駝）之峯出翠釜，水精（晶）之盤行素鱗。犀筯（箸）厭飫久未下，鑾刀縷切空紛綸。黃門飛鞚不動塵，御廚絡繹送八珍。……」詩裏表達出，像駝峯、鮮魚等名貴食品，貴人們也吃厭了，執事太監們還陸續把一道道名菜從宮中的御廚飛送出來（詩裏所寫的也是修禊集會，貴人們離開宮院跑到水邊遊樂，還舉行豪華的宴會）。

歷代八珍和宋君文會

杜甫詩裏的「八珍」是甚麼?歷代說法不同。周朝已經有「八珍」了，據「周禮」的注:「淳熬、淳母、炮豚、炮牂、擣珍、漬、熬、肝膋」，就是八珍。其中的「炮豚」和「擣珍」，前文已介紹過製法。

到了明朝，據陶宗儀撰的「輟耕錄」:「所謂迤北八珍，則醍醐，麈吭、野駝蹄、鹿唇、駝乳糜、天鵝炙、紫玉漿、玄玉漿也。」其中「醍醐」是精製的乳酪，和「駝乳糜」可算同類;「紫玉漿」和「玄玉漿」又多半是名勝於實的東西，所以看來也只徒有虛名。

後來「八珍」又有新說，據說是「龍肝、鳳髓、豹胎、鯉尾、鴞炙、猩唇、熊掌、酥酪蟬」等八種東西。內裏的「龍肝、鳳髓」不必說，因爲世無其物;說到「鴞炙」，是燒貓頭鷹或鵂鶹，前者未必有很多人敢食,後者小得像「禾花雀」，莊子也提到「鴞炙」這道菜，也許比燒禾花雀還好吃，只不知何以不大聽到近代有人吃。

總而言之，「八珍」的菜名雖然富有歷史性，內裏的成分却時時變動，還變來變去都不大實際。

本文最後介紹一幅北宋末期皇帝徽宗（趙佶）寫的「文會圖」。宋徽宗做皇帝很失敗，他和文學、藝術家們的集會却是日中常課，他寫文會中的宴集，一定如實寫來，又有「飲食」，又有「文化」，是很難得的藝術品。我們據此知道，那時已確切從「各據一方」的進膳形式，轉爲同席共食的形式了。

——一九七七•刊「超群家庭雜誌」

近古帝皇的盛饌

桀和紂的荒淫園遊會

寫中國飲食文化散頁，第三篇寫到北宋末期徽宗時代（公元一一〇一——一一二五），平均每篇跨越七八百年，簡略是當然的。好在不是寫飲饌史，只是以趣味爲重的史話性質，資料不足的地方，或枯燥無味的事情，也就不寫進散頁裏面了。

本篇承接上面談過的遠古、中古而談到近古，並且是比較實際和近於豪華方面的飲食。

傳說中最早的豪華飲食是「酒池肉林」，在古書裏，夏桀和商紂都有這項紀錄。夏桀王（他的名字叫癸，「桀」是後人給他的惡名）在位時間約爲公元之前一七六六年到一七九七年，距離今日三千七百多年；商紂王（他的名字叫辛，「紂」是後人給他的惡

名）在位時間約爲公元前一一二二年到一一五四年，距離今日三千一百多年。

「酒池肉林」缺乏十分可信的資料。再說，根據相傳描述，那也不算甚麼宴會，只是一種荒淫狂歡的園遊會性質罷。

一百八十品的大宴

回頭續說宋代，此刻說的是徽宗欽宗被金人劫走，北宋結束，南宋開始，由高宗登位做偏安皇帝時。

紹興（高宗年號）十一年（公元一一四一年），這是岳飛大破金兀朮兵，直把金兵追到朱仙鎮，秦檜連續發十二金牌召岳飛班師的第二年。這一年，宋高宗曾駕幸清河郡王張俊的府第，張俊設盛宴欵待。這是飲饌史上有地位的一場盛宴，菜單列出一百八十多品名目。皇帝要嘗遍那許多珍品也不可能。

不過，那長長的菜單中，乾果、鮮果、蜜餞等已佔了過半。眞正餚饌中分五大類，是：「下酒」三十味，「插食」八色，「廚勸酒」十味，「對食」十盞，「晚食」五色。

其中「對食」是大菜，「晚食」是最後上桌用來佐飯的菜。

說到菜色的用料，六十多品正菜裏卻沒有甚麼八珍之類，也沒有我們今日着重的鮑魚、魚翅。有一味「炒沙魚襯湯」，略近魚翅，但不清楚到底是甚麼和怎樣烹製？所用材料只是鷄鴨豬魚肉，豬蹄豬筋，豬腰豬肚；還有蝦、鱔、蛤蜊（蚌類）、江鰩（瑤柱）、蟹、蝤蛑（蟹類）、水母（海蜇）；鵝、鵪鶉、兔子等。

臣子能請到皇帝到府中探訪，是非常有面子的事；張俊當時自然是個寵臣，他設此盛宴也自然想藉此固寵。但是據宋史載，第二年張俊就被免職了，只留下一張長長的菜單，給後人談論。

國宴菜單妙處多

距張俊宴高宗不遠時（或非高宗在位年代，更可能是其後的孝宗在位年代），有次南宋朝廷在宮中集英殿設了筵席，招待金國使者。據記載，這次國宴用菜九盞。

陸游的老學庵筆記這樣記着：「集英殿宴金國人使，九盞：第一，肉鹹豉。第二，

爆肉雙下角子。第三，蓮花肉油餅骨頭。第四，血肉胡餅。第五，羣仙肉太平畢羅。第六，假黃魚（一云假團魚）。第七，奈花索粉。第八，假沙魚。第九，水飯鹹豉旋鮓瓜薑。看食：棗餾子，髓餅，白胡餅，餵餅。

這張菜單妙處頗多：那時金人聲勢極盛，宋室國勢日蹙，但招待金使只備九盞，第一妙。「水飯鹹豉旋鮓瓜薑」也算一盞，第二妙。所列兩種魚都是假的，第三妙。既沒有眞魚，何不換一種菜，而必須列兩種假魚呢？南宋距離今日不過八百年，這張菜單幾乎沒有一味菜爲我們淸楚知道是甚麼，第四妙。如果和張浚的一百八十餘品菜單對照起來，兩席品目相差達二十倍，而又都和皇室關連，那就更妙了。

外族文化影響中原

金人入主中國的元代，對漢人原有的飲食習慣一定有一番影響。那些影響在前不是沒有，從第四世紀初葉延到第五世紀中葉，歷時一百三十多年的「五胡亂華」，影響就綿延到唐代而不絕。不過，漢族的飲食習慣遠比匈奴、鮮卑等少數民族先進，往往受到大

影響的還是外族。漢人描寫胡人生活，常有「羶肉酪漿」之類含輕視成分的話，具見濃厚的排外性，所以相信受影響不會很大。可是這話又得說回來，上述國宴菜單，內有「蓮花肉油餅骨頭」，又是甚麼「血肉胡餅」，說不定就是遷就金人口味的「漢菜金食」（像今日的中菜西食）。尤以第四盞「血肉胡餅」，胡字當頭，來源就不必再挖根了。

金人入主中原八十九年的元代，中國飲食文化中出了一部「饌史」（編者闕名）。筆者知其名，未見其書。

跳過享祚二百七十七年的明代，淸代又是一個外族入主中原的時期。滿淸統治時間較長（二百六十八年），距離我們這一代較近，與漢族飲食文化互有影響之處，現在還看到不少。

乾隆皇愛吃鴨和燕窩

滿族入關之前，本身文化是不足道的。所以，到了他們認爲統治權穩固之後，幾個有見識的君主都拚命吸收漢族文化。飲食文化亦當然沒有例外。其中的乾隆帝（淸高宗，

名弘曆）是表現得更具體的。

乾隆在位足足六十年（從一七三六年登基，到一七九六年禪位給兒子顒琰），他讀漢文的書，學習漢畫與書法，接近漢族文人，他題的許多詩流傳後世。

在飲食上，據清宮膳檔（皇帝每天飲食的紀錄）載，乾隆每天起床後多數要吃一盅「冰糖燉燕窩」。至於他每頓飯裏吃些甚麼，這裏舉出檔案裏一項記錄着的實例：

乾隆十九年（一七五四）五月初十日早膳（宮中每日只吃兩頓正餐，所以早膳即等於我們現在說的午飯或中飯）單如下：「肥鷄鍋燒鴨子雲片豆腐一品，燕窩火燻鴨絲一品，清湯西爾占一品，攢絲鍋燒雞一品，肥雞火燻炖白菜一品，三鮮丸子一品，鹿觔炖肉一品，清蒸鴨子糊豬肉喀爾沁鹹攢肉一品，上傳炒雞一品，竹節饞小饅頭一品，孫泥額芬白糕一品，琺瑯葵花盒小菜一品，蜂糕一品，南小菜一品，老醃菜一品，醬王瓜一品，穌油茄子一品，隨送粳米膳一品，野雞湯一品。」

從這張膳單來看，乾隆一頓常餐，連飯（粳米膳）與鹹菜、甜糕、饅頭都各算一品，共計也只十九品。

比較起來，就顯得末代帝皇宣統（溥儀），在他的自傳「我的前半生」裏，列出宣統四年（民國元年）三月的早膳單，計廿八品，飯和饅頭燒餅等還未列上，奢侈風氣是遠超前代了（溥儀膳單略）。

清室末期飲食浪費

溥儀的自傳說：「隆裕太后每餐的菜餚有百樣左右，要用六張膳桌陳放。這是她從慈禧那裏繼承下來的排場。」又說：「我比她少，按例也有三十種上下。」但：「反正從光緒起，皇帝並不靠這些早已過了火候的東西充飢。我每餐實際吃的是太后送的菜餚；太后死後由四位太妃接着送……每餐總有二十來樣。」

這樣說，太后送給皇帝實際上吃的，和御膳房照例做出來伺候皇帝而實在只是擺樣子的，總共每餐就有五十來樣了。

清帝遜位後，宮廷內各種册籍檔案，國民政府各派專人稽核。據負責審理膳檔的吳相湘教授表示：乾隆每日兩次正餐，餚饌通常不過十品，絕無傳說每餐百品之數。但每

年的元旦、除夕，或萬壽節（皇帝生日），在乾清宮大宴，那樣的大典就有多達九十九品的盛筵。

又一實例是咸豐十一年（一八六一）十月初九日，咸豐帝崩，同治（穆宗）即位；是日又是慈禧萬壽，因大喪之故，萬壽和登基都不舉行慶祝。是日申初二刻，御膳房在養心殿爲兩位皇太后（包括那天生日的慈禧）及同治帝安排了一桌含有慶祝意義的晚宴。紀錄寫明：用海屋添籌大膳桌擺黃膳單。膳單上列着的，也不過火鍋二品，大盌菜四品，中盌菜四品，碟菜六品，共一十六品而已。

那十六品的詳細名色是：「豬肉絲炒菠菜，野意酸菜（以上就是火鍋二品）；燕窩萬字紅血鴨絲，燕窩年字三鮮肥雞，燕窩如字八仙鴨子，燕窩意字十錦雞絲（以上就是大盌菜四品）；燕窩鴨條，鮮蝦丸子，膾鴨腰，溜海參（以上就是中盌菜四品）；燕窩炒爐鴨絲，雞泥羅卜醬，肉絲炒翅子，醬鴨子，鹹菜炒茭白，肉絲炒雞蛋（以上就是碟菜六品）。

按照這情形看來，溥儀自傳裏說隆裕繼承了慈禧的排場，平常日子也每餐羅列百樣

菜餚，也未必盡然了。

上面十六品膳單裏的「大盌菜四品」，要稍加解釋。那四個大盌的名色，開始都是「燕窩X字」，原來只是菜面上用白色燕窩堆成字形。按照單上所說，四盌大菜擺起來就列着「萬年如意」四個字。像今人在生日蛋糕上排出字形，表示祝福意義一般。

在菜面上堆砌字形，或將菜餚排列成種種悅目形式，是中國傳統烹飪術的附屬技巧，在色、香、味的三大要素之外。像「滿漢全席」一類大規模盛宴中，這種技術的地位十分重要。附圖兩個例子，一盤砌出一尾生動的金魚，一盤砌出兩朵鮮艷的大花，都不容易做到。

滿漢全席是混血兒

據紀載，乾隆帝愛吃蘇州菜。御廚中的蘇州廚子張東官，做的菜很合乾隆口味，所以屢獲稱賞。張東官當日的拿手名菜，有「燕窩紅白鴨子炖豆腐」，「葱椒羊肉」，「豆豉炒豆腐」等。說起來乾隆好像特別愛吃燕窩和鴨子。數見的「紅白鴨子」，恐怕

是今日「金銀鴨」(燒鴨和白鴨配在一起)之類了。「豆豉炒豆腐」能成爲有名御用菜，亦奇。

說到「滿漢全席」，只是又一種外族和漢族飲食文化結合之下的混血兒。即如今日「烟鮨(鯧)魚、「龍蝦沙律」之類和「花膠炖乳鴿」、「金華玉樹雞」等混在一起，實在也可以叫「中西全席」；「清蒸大紅斑」、「蠔油扒仙姑」之類和「塡鴨」、「清炒蝦仁」等合成一桌，實在可以叫「南北全席」。如果搞得像「滿漢全席」那麼大規模，也自然有聲有色了。

「滿漢」兩個字不簡單，當闢專欄談論。

——一九七六•刋「超群家庭雜誌」

滿漢全席綜談

一個煽動性「頭盤」

冬寒繼秋涼而至，這是花得起錢以縱口腹之慾的人大吃「滿漢」的季節；也是擁有足夠條件的酒家大辨「滿漢」的季節。

「滿漢」是滿漢全席的簡稱，所謂滿漢全席，滿族入主中原之前不會出現，最多只有三百三十餘年歷史；它本來應該隨着清代之覆亡而告終，至少起一次「革命」，然而沒有，清之亡已七十年，最近看到新聞：滿族語言面臨消失的命運，有關人士正圖謀挽救，因滿人的青年與兒童都說漢語，實在說已將被漢人完全同化，但是這個筵席的名稱，滿字還好好的「騎在」漢字頭上，與七十年前毫無二致。粵人有革清帝之命的魄力，爲何粵菜沒有「實事求是」的正名勇氣呢？

就算滿州人做皇帝的時代，「滿漢全席」裏也是漢族菜品重於滿族數倍，按理應該稱「漢滿全席」的。這種話筆者就算生於七十年前也不敢說，怕牽連九族。今日不怕說了。

打開天窗說亮話，今日任何酒樓在香港辦的都只是「改良滿漢」，或稱「新滿漢」，實在應說「港式滿漢」；既有膽從事內容的革命，何不正名爲「漢滿全席」呢？

「煽動」的話在此打住。

廿四味與滿漢

筆者經眼的「滿漢全席」膳單紀錄，至少有五六份，其中無一相同。由此可知，所謂「滿漢」也者，並非一個專有名詞，正如招牌上寫着「華洋雜貨」的商店，貨品不必家家一樣。

有次看某店辦的名家書畫展覽，一幅齊白石畫，繪白菜一棵，草蟲一隻，題着如下二十一字：

「曾文正公謂雞鴨湯煮白菜遠勝滿漢筵席二十四味」。

曾國藩這句話，固然是「適口爲珍」的良好說明，也是「滿漢」的有價値文獻。曾爲有清一代重臣，不會不知「滿漢」；白石翁寓京華數十年，「帝城」事物爛熟於胸，也不會援引一句說錯了的話來題畫。可是，筆者經眼的「滿漢」膳單紀錄，所列菜色少者五十品，多者過百，甚至有二百四十品的；是則那位武英殿大學士、兩江總督曾國藩所說的「二十四味」，實在小兒科之至。

更有趣的一樁事：有位現代作家在他的作品中說，他曾當面向曾是宣統皇帝的溥儀請教，問他有沒有吃過滿漢全席，答稱沒有。

做過幾年眞正的滿淸皇帝，退位後仍然保留着多年特殊身份的溥儀，竟不曾吃過滿漢全席，不是很不可思議嗎？

二百八十品的膳單

手邊資料的「滿漢」膳單，眞實性最低的恐怕還是一份來自北京的，不到一年前在

某報副刋連刋三天，文中雖未註明，看來似是相聲藝人的傑作，只要看到「膳單」中肘子一開就七八種：「紅肘子，白肘子，薰肘子，醬肘子，水晶肘子，蜜臘肘子，鍋燒肘子，扒肘條。」若然眞有這樣一張膳單，可稱「肘子宴」了，入席者吃下這幾道肘子，還那裏來的胃口享受其他二百七十幾道（全單共二百八十道）菜呢？所以，雖然作者在列出清單後說：「傳說滿漢全席菜單在此，但誰知道是眞是假？」筆者倒敢於武斷地說：這不是「假」的。因爲編這菜單的人始意不在求「眞」，故無「假」之可言；那只是借了「滿漢」之名來「進行創作」，的一種民間藝術之部分脚本。

蕎頭鹹蛋入華筵

香港擺「滿漢」的，大多數是經營粤菜的酒樓，所謂「滿漢」幾乎就等於「滿粤」。一份據說傳自駐廣州滿籍高官名廚的滿漢全席膳單中，竟有「夜香鮮蝦仁」，「鹵水豬脷」，「鹹魚、油菜、鹹蛋、牛腩」，「酸蕎頭」，「蠔油紥蹄」等充滿地方色彩食品，只靠「哈兒巴」等一兩種維持着那「滿」味。可知「滿漢」的改良已不自近年始，亦不

自香港始了。

該菜單分爲五「度」，前四「度」各有菜餚八至九品及點心、麵食；第五「度」稱「四座菜」，又名「壓席菜」，四菜之外就是上面列出過那鹹魚等「四飯菜」和一味蛋花湯，此外就是京果、生果、看果等「三十二圍碟」。想是分兩天吃，一天吃兩「度」。

個人推想：香港一般酒樓的「滿漢」，大概都跟着這個「譜子」而酌量予以「變奏」的。

廿年前的大漢全席

手頭上存着較完備的香港酒樓擺「滿漢」資料，最遠的也不過二十年。一九六二年十月底，一羣粵劇界人士假金國樓頭宴敍。那一次吃的，口頭所稱和各種格局都叫「滿漢」，設宴地點繡幃上大字標出的却是「大漢全筵」。或者當時已有人動手革那「滿」字的命，不過「革命尚未成功」，影響不到後日而已。

當年那「大漢全筵」，詳細菜單就在手頭，大概是四冷拼、四熱葷、四海碗、四大

碗、四中碗、四每位、四燒烤、四座菜、四飯菜、四甜菜，以上共四十品，此外是四度「四點心」，還有「到奉點心」和京果、生果看果……等例牌。爲甚麼總是「四」？只因那是四席的總菜單，供一席人四頓大嚼（分兩日享受）的。聞說全部酒席費爲三千五百元。

廿四人享受十二萬

較近的紀錄，是一九七二年三月文華酒店擺設的一回。這一回的特點在主辦者非粵菜酒樓，又非營業性質，是酒店撥出一筆款子弄兩席出來，邀請法國、美國、澳洲、日本等國際嘉賓，和本港名流與烹飪專家（當時大概未有許多食評家出現），主賓共二十四人一起享受一番，目的爲：推廣香港旅遊事業，發揚中國飲食文化。該店爲了這十六個大字動用了十二萬元，也算大手筆了。

弄兩席「滿漢」花十二萬元，倒不等於說一席菜價六萬，金錢多數花在籌備和購置食具，改裝餐廳上頭。據悉，籌備這一次盛筵足足五個月。若論酒席材料的物價，每席

只約一萬二千元云。

十萬元一席要「虧本」

「新滿漢」在七三年出現於某酒樓，以二千七百元一席（十四位）爲號召，只吃一頓。

七五年，一次相當大規模的「滿漢」在京華樓頭擺設，光顧者爲曼谷來客，兩天四頓制，菜餚共一百品，菜單中有「幸福雪耳」，「月宮寶盒」，不惟廣東氣息濃厚，且是香港氣息濃厚了。酒菜價二萬二千元（雜費在外）。

一九七七年，國賓酒樓接辦了一席代價十萬元的滿漢全筵，爲同行注目。花得起這許多錢的食客是日本人——清楚的說是日本一個電視台。這筆交易的始末，該酒樓的盧經理在某次見面中，爲筆者及兩位新界朋友說得很詳細。

據說，他們接了那席貴得破天荒的菜，後來還要「虧本」，只是在置備上賺了。不可不知的是置備上有全套鑲嵌螺甸（貝殼）的紅木傢具百餘件，還有鍍金食器全套三百

餘件等等。另一方面，付出十萬元，事前還經過數度港日來往磋商的一方，算盤也許打得比酒樓一方還要響，因爲他們把酒樓備辦這席連吃兩天的菜之全部過程，詳細拍攝下來。這資料剪輯成紀錄片後，誰知道價值多少呢？

七九年，「彌敦」爲日本來的廚師訪問團提供了兩席「新滿漢」，每席二萬五千元，分早點、午飯、晚宴三頓，一天吃完。晚宴有歌伶演唱。菜色有「冬筍炒蛇片」、「紅燒果子狸」、「佛跳牆」等，早點有「什錦腸粉」。

三百両銀吃三天

據說，清末時擺一席「滿漢」，要花紋銀三百両。又據說，那時的「滿漢全席」共吃六次，一席酒要吃上三天。

由此看來，正式的滿漢全席實在不適合香港。倒不是錢的問題，是時間的問題。香港人越有錢的越忙，花得起相當於紋銀三百両的錢者大有人在，目前白銀一百安士也不過五千多元，三百両合兩萬餘，許多人覺得閒事耳！可是要撥出連續三天時間，付諸並

無其他作用的飲飲食食，花得起這「筆」時間者相信不多。

可知正式的「滿漢」已經過了時，就算有人緬懷，也實在誰都不能具體說出一套標準滿漢的秩序，也不能提供一套標準滿漢的膳單來。有之，只會在一個約略的輪廓上自由發展，總之加上一品「哈兒巴」便了。

滿漢全席眞面目

較可信的滿漢全席膳單，見於淸人李斗著「揚州畫舫錄」裏。該書記述乾隆四十五年間，揚州最繁華時代的事物。

「揚州畫舫錄」的滿漢全席膳單分五分（份），第一分：頭號五簋碗十件。第二分：二號五簋碗十件。第三分：細白羹碗十件。第四分：毛血盤二十件。第五分：洋碟二十件，熱喫勸酒二十味，小菜碟二十件，枯果十徹果，鮮果十徹果。連小菜碟算來共一百品以上。

五分中最有特色是第四分，稱爲「毛血盤」，有「茹毛飲血」意味。事實上第一、

二、三、五各分皆屬於漢菜席，第四分屬於滿菜席，食具也是滿州式的刀子叉子。——這才是滿漢（實應作漢滿）全席呀。

爲珍惜篇幅，膳單不予錄出，只略舉幾種有趣的菜色談談。

第二分裏，熊掌、猩唇、豹胎、駝峯、鹿尾都有，頗具氣勢，有道菜叫「奶房簽」，想是今日的地方特殊食品「拖沙」（母豬腹低垂至行時貼地部分）。「簽」者炸也，「東京夢華錄」載有「入爐細項蓮花鴨簽」、「羊頭簽」、「鵝鴨簽」、「鷄簽」等。第三分裏有一道「西施乳」。你道甚麼？原來是河豚腩。清人京山李元著的「蠕範」，列出河豚十八種別名，詳言其特性。有兩句說：「其腹腴美，謂之西施乳」。筆者初疑其附會，看到這膳單也只好無言了。

「滿漢」這種套式食譜，其規模肯定來自清宮，本待一探其源，恐文字拖得太長，按下再說。

——一九八一・刊「享受月刊」

皇帝請客作風不同

賜宴大典像閱兵

偶然看到畫刋上印出來的一幅「萬樹園賜宴圖」（郎世寧等繪），圖中寫出清乾隆帝在避暑山莊設宴招待杜爾伯特部首領的大場面，看來就像閱兵大典，那裡有甚麼宴會氣氛！就算清季盛時的傳統性質宮廷大宴，也是注重排塲，繁文縟節極多，參與宴會的人固然視作一種光榮，但過程並不寫意，參加的人動不動就會因「失儀」而受罰。所以，皇帝請客，被請的往往視爲苦事。

是私宴不是公宴

但話又說回來，皇帝也是人，也有着人性；他們在大排塲的賜宴中「顧而樂之」，

乃表示滿足於自己權勢之樂，非得於宴會之樂也。

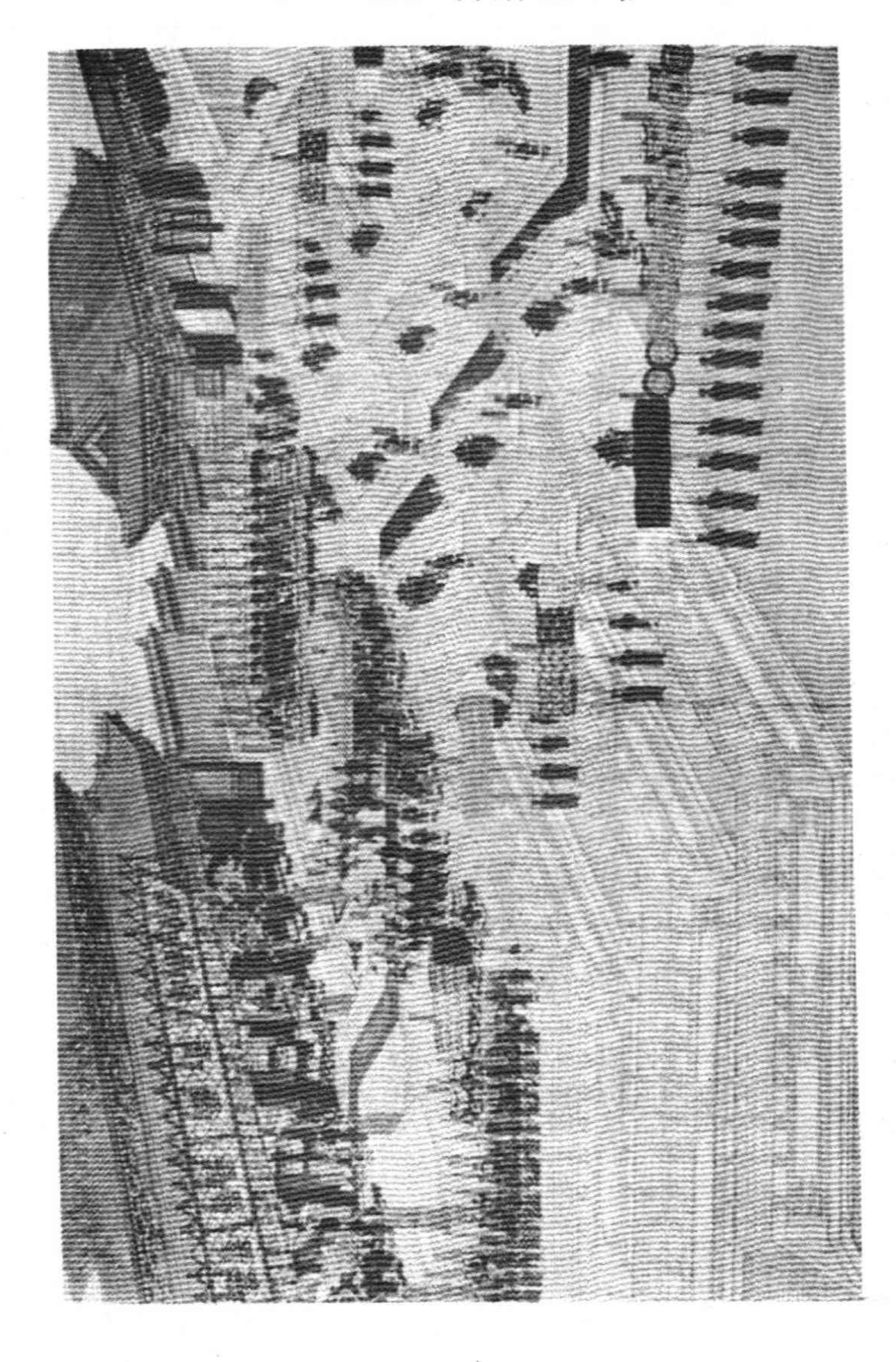
沈括「夢溪筆談」卷廿五「雜誌」，記述北宋時一幕皇帝請客，着墨無多，却寫出一位皇帝在刻板禮節生活中，要努力營造一些性情流露的樂趣。他在宮中特設私人式夜宴，臨時請幾個平日接近的臣子參加，打算拉近了君臣間距離，不拘形跡地暢叙一番。無如幾個習慣處於奴才地位的臣僕，連暫時的、裝出來的平等也無膽消受，做皇帝的最後也只好不爲己甚，自導自演地自樂其樂一番，直到四更，自己樂夠了才「縱之使去」。

以下就是沈括所述過程的大意。

席上暫撤君臣之禮

陳堯叟掌樞密院（兵部）時，一日黃昏，突然有太監到他府第宣旨，召他入宮，他以爲有甚麼大事，就匆匆肅整衣冠，由太監領着前往，不走正門，經右掖曲折轉入禁城深處，經過不少簾幃重疊燈燭輝煌的殿堂臺閣，然後到達一座小殿。這時已經有幾位官員在階下站着等候，殿上則簾幕低垂，十餘蠟炬照耀着。

■清宮賜宴圖。陣仗之大有如閱兵。



不久，皇帝坐着轎子從內宮出來，明燈簇擁的侍從不過數十；殿前簾幕捲起，原來裡面已經設好若干宴席，所用器具十分華美，擺設形式爲民間的而非宮廷的：主人席和賓客席平排着。皇帝使命：各人不必像平日的朝拜，大家升殿入席。

這可嚇壞了那班習慣見到皇帝就拜的臣子，叫他們不拜他們就不會上殿；叫他們和皇帝平起平坐他們就不會入席。皇帝見他們一個個不勝悚懼恐惶之至，就再三宣諭，叫大家不要太過拘執，儘可隨便一些。當時官職最高聲望最隆的陳堯叟於是代表同僚「懇陳」：

「自古未有君臣齊列之禮！」

陳辭後三番四次推却，幾乎寧死不肯就席。這麼一來，皇帝老子的興頭有點低落，臉上顯出不耐煩神色，跟他們說話：

「方今天下太平，朝廷無事，打算和你們暢飲歡談，吃一頓痛快的；如果要講究君臣之禮，我何不舉行朝堂上的賜宴，大家依例行事呢？今夜只是內宮御廚辦的酒菜，並不是命在職有司安排的官式宴會，也沒有按照官職大小召請中書省的重臣；你們或者平

日參與機密，或者任職文館、侍臣，平時和我比較接近，今晚就可以坐得親近些，大家方便談笑。我的用意在此，你們不必再辭了！」

客自恐惶帝自樂

皇帝說完大段訓示，本來已經逡巡上殿，只欠就席的陳堯叟等，要表示感激零涕，又待跑到殿下去叩頭謝恩，皇帝連忙示意，說：「這些禮數今晚都可以放下，大家坐罷！」於是——

「堯叟悚慄危坐。上（皇帝）笑語極歡。酒五六巡，膳具中各出兩絳囊置羣臣之前，皆大珠也。」

——皇帝不但請客，還送大禮。送禮後並有致詞。皇帝說：

「時和歲豐，中外康富，恨不得與卿等日夕相會……此物助卿等宴集之費。」

這時，「悚慄危坐」中的人又要起來謝恩，皇帝再次及時諭止，說：「你們又來了！大家安坐罷，禮物還有呢。」

金口說還有，當然還有。如是者，行酒三巡就「賜」一次「良金重寶」，如此直到

請客的皇帝是誰

沈括生於北宋時期，是一位有科學頭腦的文人，著作中所記的事都有根據，但上述「皇帝請客」故事，却沒有說明那一位皇帝。

查陳堯叟略歷：端拱初年他考取進士第一，那是宋太宗趙光義在位時。端拱後，太宗只有九年生命，在這短促時間堯叟不可能升到樞密要職。

對下一位皇帝是眞宗趙恒，他在位廿四年；看那請客的皇帝頗有點溫情主義，推想可能是眞宗末年的行事。那時陳堯叟出道三十年上下，有資格做朝廷重臣了。

還有：沈文中提到是晚被皇帝請飲的人，還有丁謂和杜鎬（其餘被述事者忘記了），都是北宋名臣。查眞宗即位後九年，丁謂上書獻「會計錄」；再後十三年，丁謂爲相。從這些旁証看來，請客的皇帝更像眞宗。眞宗之後，就是：包拯、蘇軾、歐陽修、王安石、范仲淹、司馬光、邵康節、富弼等等歷史上大角兒一一出現的宋仁宗年代了。

——一九八二•刊「飲食世界」

漫談宋饌

飲食文化和時代氣息

唐與宋，是中國文化燦爛騰輝的時代；其間也有個分別：唐代文化表現着富麗奢華，杜甫詩：「紫駝之峯出翠釜，水精之盤行素鱗；犀筯厭飫久未下，鸞刀縷切空紛綸。黃門飛鞚不動塵，御廚絡繹送八珍。」這麗人行裏的幾句可以代表。雖然這是「御廚」，實足以達出飲食奢靡的時代氣息。

蘇東坡是一位宋代的多方面代表人物，他的詩、詞、文章裏常常提到飲食，一味「東坡肉」流傳到八九百年後的今天（蘇東坡卒於公元一一〇一年），有人遂以爲他是一位講究飲食的專家，事實上却並非如此，東坡只是通過了若干飲食的製作，來發揮他的文學、藝術思想。換句話說，他以調製飲食的形式來做詩、塡詞、作文章。——關於

這方面，準備寫一篇專文來談論，不能在此佔太多篇幅。只想說明宋代有此作風，擧蘇東坡爲代表而已。

發思古之幽情

「宋城」的宋饌上有道「苜蓿盤」，聽說試菜時獲得若干文化界的好感。這正好是上文的最好註解。「苜蓿盤」這道菜，見於宋人林洪撰的「山家淸供」，創製的「靈感」却遠自唐代的玄宗時。其中有個小小故事：

玄宗（明皇）時，一位任職東宮做四品官（左庶子）的薛令之嫌膳食不好，在辦事處壁上題詩，有「盤中何所有？苜蓿長欄干」的句子。明皇一日巡視東宮，看到這「大字報」就龍顏不悅，叫薛庶子另謀高就。

自此，苜蓿就代表着一種淸高格調，配合了宋代文化，恰到好處。我們知道，江南人士現在以苜蓿爲日常的蔬菜，正如香港人以豆苗、枸杞、西洋菜等爲日常的蔬菜，不過他們稱之爲「草頭」。

除「草頭」外，苜蓿還有「金花菜」、「龍鬚菜」等別名；可是，宋饌菜單上如果作「草頭盤」或「金花菜盤」，就喪失了一種「令人發思古之幽情」的意味。

水滸傳裏的醃魚湯

據圖籍紀錄，汴京築城時，引了汴河之水貫通城內。此外還有蔡河、五丈河、金水河，流貫城內。所謂「鷁首萬艘而壓浪，虹橋一道而通輦」，水產之供應，一日數千擔。往籍裏也不乏宋人愛吃魚的記載。

宋人吃魚習慣，跟我們大不相同，縱使有詳盡的烹調方法傳下來，也不能十足依據。

水滸傳是元人所作的宋代背景小說。古時社會的各種形態，不像今日之瞬息萬變，所以認為此書頗具參考價值。書中三十七回，寫宋江刺配江州（今江西省九江縣），在潯陽江畔琵琶亭與戴宗、李逵喝酒，後來加喚三分「加辣點紅白魚湯」。這是醒酒湯，據想象，紅的是辣椒，白的是魚肉；加上宋江贊一句「端的好整齊器皿！」，看來此湯做得不壞。可是宋江「喫了此魚，呷幾口湯汁」；又「呷了兩口汁」，便「放下筯不喫



■宋代婦女烹茶畫像磚。



■宋代婦女滌器（洗碗碟）畫像磚。

了」。戴宗便道：「一定這魚醃了不中仁兄喫。」後來又說「醃的不中吃」。似乎表示做湯的魚先得醃過。

筆者以前看宋人筆記，看到膳單中有「旋鮓」，想不到其意義。鮓是醃魚，旋字我初步假設爲湯羹。那裏有醃魚做湯的道理呢？誰知重看水滸時有此發現。

蒸鱠長江金鯉魚

水滸傳三十七回，穿插了一幕熱鬧的「黑旋風鬥浪裏白條」，就因一碗魚湯引起。後來不打不成相識，張順從蒲江魚船送出十數尾金色鯉魚中，精選四尾最大的送給宋江，叫酒保：「一尾做魚辣湯，用酒蒸一尾，叫酒保切鱠。」餘兩尾帶回營中吃。

魚湯之辣不必說，證明宋人重視魚羹；至於另一尾，既用酒蒸，又須切鱠，便不知他們到底怎麼弄。鱠是把魚肉切薄片，今日粵人吃「魚生」，日本人吃「刺身」，都是中國古代魚鱠的遺制。那麼，蒸就不必切鱠，切鱠就不必蒸，難道是「一魚兩吃」麼？書中後來說：宋江帶回營裏的兩尾金鯉魚，一尾送與管營，一尾自吃；他是晚腹痛洩瀉

昏倒，可能就因吃了生魚之故。

薰腰子還是焗腰子？

宋人吳自牧著的「夢粱錄」，卷十六「分茶酒宴」篇裏，列出的「食次名件」（今之所謂名菜）不下二百種，其中的「荔枝焙腰子」引起筆者興趣。

引起興趣不是食指大動，而是想追尋一下這道菜，因爲手上有該篇的另一本（抄本），焙字作火旁一告字，幾道有焙字的菜都一樣，心中乃泛出「何者爲眞」的懷疑。

焙字容易解，即是今日的「薰」、「煙」等製作，料無大誤。至於火旁的告字，辭海不收，卻在「廣韻」查到了，與帝嚳的嚳字同音（谷），又與酷字同列（斛），解釋爲「熱氣」。

筆者思疑找到「焗」這個廣東俗字的來源，但因有兩本之異，故未能證實。在意義方面，「薰」和「焗」都解得通。

南宋杭州荔枝入饌

「夢粱錄」述南宋都城臨安（杭州）種種事物，體裁和追述北宋都城汴京（開封）盛事的「東京夢華錄」一樣，作者吳自牧是杭州本地（錢塘）人，據出版此書者的說明，他「生平已無從查考」，又懷疑原序所署的年份有誤。書中卷十六的「麵食店」篇，表示：南渡以來二百餘年，已經不對；查宋室南渡後，在臨安只過得約一百五十年「直把杭州作汴州」的偏安歲月，臨安陷於元人之年爲公元一二七六。

不是寫考證文章，年代不必算得太過仔細。我們只知：距離今日七百餘年前，繁盛的杭州，酒肆裏夏日有荔枝薰（焗）腰子這道應時佳饌供應。這「腰子」，若在北方多半是羊腰（北人甚重羊腰），在江南地面就算他豬腰。相信未必是牛腰罷？

「腰」爲牲體的腎臟，膻氣難除，用薰、焗、燒等方法炮製都適宜，我粵著名燒味中的「燒三星」，豬腰便是一「星」。宋人以濃香、濃甜的鮮荔枝（當時當無罐頭）配之，這設想殊爲不俗。說到運輸問題，唐時既可以把鮮荔枝送到長安，宋時更可以送到

杭州了，須知福建也是產荔之區，福建與浙江，鄰省而已。

肉絲和「叫化鷄」

宋時烹飪上的習用語，和今日有很多不同，有些是發音不差，字的寫法卻在傳統中失落了；有些是字的寫法一樣，意義卻在傳統中轉變了。前者像筆者以前發掘出河豚古稱當爲「侯台」（兩字魚旁）；後者像現在要說的「燥子」。

宋饌裏有種「燥子」，像「燥子沙魚絲兒」，「襯腸血筒燥子」，「假團圓燥子」等，如果跟着「燥」字而朝乾燥方面去想，將永遠不明其意，原來這意味着切絲的東西。

切絲的東西和「燥」有何關係？摸到根源才知道這不過是劇字的代字。這像今粵人之所謂「正鵝」，要摸到根源才知道原是「甑鵝」。古人做飯用甑，老一輩粵人還常常說「正熱的飯」（因爲冷了），此乃甑字古音的遺留。若以爲「正鵝」是蒸鵝，只是摸到根源的邊沿而已。今日似只釀酒者保留此甑字。

煨還是熬？

宋饌裏有個熝字，也是一種燒製餚饌方式，這個字也不能從辭海查到，仍然從「廣韻」查到了。

這個由火與麀合成的字，在宋時食品中往往出現，因恐植字有困難，不多舉例。此字與鏖戰的鏖（柯高切）同音，意思是把食物埋在燙熱的火灰裏，由暗中發出的熱力（異於明火）「焗」熟它。這使人想到「叫化鷄」和「煨芋艿」、「煨番薯」。

不錯，煨字發音，和「火加麀」那字十分相近，令人想到可能是一個字的異體。煨字也正是「灰火中可熟物」的意思（辭海引六書故）呢。

這就可以「譯」出七百餘年前好些食品的名稱：「紅煨小鷄」，「紅煨鳩子」，「辣煨野味」，「煨野味」；而「叫化鷄」也隱隱焉在其中了。

前文說到手邊有這份食單的兩個版本，在此又出現歧異：印本中這火麀合體的字改爲熬字，這就和煨的意義有十萬八千里的距離，料想因發音相近（國語），遂以爲從

應的是俗字。這樣概予一改，筆者未敢苟從。這也可見前文對「火加告」那字，疑爲今之焐字，非無因也。

嘉慶子

披閱諸書所記宋時食物，除上述，還有個意外小發現：

「夢粱錄」記「四時果子」中有「地栗」，素知即荸薺，即粵人俗稱之「馬蹄」，今日滬人仍稱地栗（音似地梨，故有人誤以爲應寫作地梨，栗乃像其形也），原來宋時江南已作此稱。此物粵人稱謂另有所本，在此不贅，免支蔓也。

小發現不指地栗而指「嘉慶子」，書中歸入「乾果子」項下，與「人面子」同列。「人面子」人皆知之，「嘉慶子」則人多知其然而不知其所以然。這實在是李子製的乾果，由於北宋時開封城嘉慶坊所產的李子特別甜美，稱爲嘉慶李；後來名氣太大，人們把李字略去，只稱「嘉慶子」。到今日又多訛爲「嘉應子」了。

——一九七九•刊「飲食世界」

暢飲賀節的傳統

前代中秋賣酒的陣仗

中國人社會的年中佳節，中秋和重九距離最近，只隔了廿五天光景。這兩個節日都有飲酒慶賀的傳統風俗。預計本文刋出時，天涼好個秋，正是接近重九的日子，特以酒與飲酒爲話題，予以淺談。

今日香港的賣酒之家，不論所賣者爲中國酒、西洋酒，或者「土炮」，無不注重年中幾個大節的生意。雖然如此，以民間習慣而論，今人飲酒的普遍性，實在大遜於古人。今日一般市民，把酒看作生活上可有可無的東西，節日買酒往往並非自奉，而是用於送禮。

古人很會乘着佳節良辰，恣意享受一下暢飲的快樂。例如北宋時，作爲京師的開封

城，市民在中秋節日爭相湧到酒樓飲酒的情形，從文字記錄看，便像一大幅太平盛世的風俗圖畫——

「中秋節前，諸店皆賣新酒。重新結絡門面綵樓，花頭畫竿，醉仙錦旆。市人爭飲，至午未間家家無酒，拽下望子。」（東京夢華錄）

望子、綵樓、新酒

我們從上面寥寥幾句引文，看到不少東西：

1，宋時未有吃月餅風俗，而當時酒樓在中秋節日賣酒的陣仗，不少地方像今日此間餅店、酒家、茶樓的賣月餅。到午後全鋪貨色沽清，便收了招牌（拽下望子——望是酒望，在門前特豎長杆扯得高高的「酒旗」），關上店門休息，老板夥計各自回家過節去了。

2，當時開封的酒樓，門外都縛（搭）起「綵樓歡門」，一年三百六十五天擺出迎客格局；而逢年過節，棚上綵帛不免重新結紮一番。至於「花頭畫竿」，「醉仙錦旆」

等等裝飾，或者添設，或者更換，總之使到門面有着煥然一新的氣象。這也令人想到：近代餅店在中秋節前張燈結綵，陳設機動傀儡，那類招徠手法。

3，宋時中秋，酒店中供應的，特別指明是「新酒」。按：據「周禮」天官酒正：辨三酒之物。「三酒」是事酒、昔酒、清酒。解釋者說：「昔酒」是陳酒；「清酒」是更陳的酒；「事酒」是有事而飲的酒。然則「事酒」大概是新酒罷？爲賀節而飲算不算有事而飲呢？

千四百年前「鷄尾酒」

在某些地方上，酒和茶頗有其相似之點。有些茶愈舊愈好，像普洱、六堡、六安；有些茶却非新不佳，像龍井；就是半發酵茶如水仙、鐵觀音、壽眉，也是「陳」不得的，香氣跑掉同時也失了本色。

秦觀詞：「社甕釀成微笑，半缺㼚瓢共舀。覺傾倒，急投牀，醉鄉廣大人間小。」這在古代社會裏非常有地位的「社酒」，釀成就大家舀來飲，應該是新酒了。

一本南北朝（隋、唐之前）時的書「齊民要術」，記述飲饌的部份有着數以十計釀酒方法，一種稱爲「夏、鷄鳴酒」的，記載說：「今日作，明日鷄鳴便熟。」熟即可以飲之謂。材料用秫米二升，麴二斤。是正規的酒。秫者黍也。此外亦有「三日酒成」的「愈瘧酒」。

從該書記錄來看，一千四百多年前，中國民間飲的酒，花樣已經不少。且舉一例：「作和酒法：酒一斗，胡椒六十枚，乾薑一分，鷄舌香一分，蓽撥（有辛香氣味的果實）六枚。絹囊盛，納酒中一宿。蜜一升和之。」

請仔細看，這不像一種特別配製的「鷄尾酒」嗎？名爲「和酒」，意義亦「鷄尾」得很！

釀酒製麴先讀祝文

古人釀酒，工作態度非常鄭重。今日「通書」裏的宜、忌欄，還列着「釀酒」、「作醬」事項。因爲做這些事情要用上許多穀物，如果失敗就損失重大，故此要選擇

「好日子」來舉行。

不但釀酒，就是製作釀酒用的麴（酒母），照樣鄭重其事。這裏介紹一篇一千四百餘年前製麴者祭神的祝文，各位看了覺得有趣之外，也可以領略到古人對一些並無十足把握控制的生化作用現象，如何戰戰兢兢的從事，唯恐有失。下面就是一篇「祝麴文」的節錄：

東方青帝土公，青帝威神；南方赤帝土公，赤帝威神；西方白帝土公，白帝威神；北方黑帝土公，黑帝威神；中央黃帝土公，黃帝威神；某年月日……造作麥麴數千百餅。阡陌縱橫，以辨疆界……願垂神力，勤鑒所願：使——

出類絕蹤，穴蟲潛影；衣色錦布，或蔚或焃。

殺熱火熿，以烈以猛；芳越椒熏，味超和鼎。

飲利君子，既醉既逞；惠彼小人，亦恭亦靜。

敬告再三，格言斯整……急急如律令！

「全面」賞菊說

今人重九登高，多數只是「行山」一番就算，少數人帶了食物去就地野餐，也只汽水西餅而已。古人登高注重飲酒，飲的是菊花酒——大概也屬於「事酒」罷？

關於菊花酒，可以移用陶淵明兩句詩來詮釋。兩句詩是：「酒能消百慮，菊解駐頹齡。」無論如何，自從登高起源的傳說中，費長房教徒兒桓景帶了家人上山飲菊花酒避過天災，菊花酒至少已有一千七八百年歷史了。今日不大聽到有人飲單純菊花釀製的酒，「杞菊歸圓」則所在多有，似該視爲「複方菊花酒」呢。

九月乃菊花開放之期，飲着菊花酒來賞菊，可以說是雙重的「賞」；倘若下酒的菜中又有菊花食譜，則屬於「三重四重賞菊」，應該更有意思。觀菊之姿，嗅菊之馨，咽菊之魄，醉菊之魂。這是全面之「賞」。

——一九七九·刊「飲食世界」

探討篇



■宋代大文豪蘇東坡。

蘇東坡是不是美食家？

——東坡飲食哲學之一

比日記忠實精鍊的紀錄

宋代大詩人蘇東坡，在飲食方面，有他一套特殊表現；後世有些人以爲他是一位講究飲食者（美食家），卻是十分嚴重的錯誤。

蘇東坡具有多方面才能，也具有多方面興趣。對飲食的興趣他不會比別人低，卻並不特別重視，更不特別求精求美。筆者這麼說，當然要拿點證據出來。

蘇東坡並沒有寫過「回憶錄」，他生平也沒有寫日記的習慣；可是他有做詩的習慣。



■東坡觀硯圖。　　蔣兆和作

從前的文人喜歡做詩，現代人多數不了解其原因，總愛說古人愛「作」詩。「作」出來的詩至少有些無病呻吟意味。誰知古人有些詩，實在只是一些思想或事情的紀錄——比日記更忠實也更精鍊的紀錄。前代的許多事情，詩人的許多情緒變化，都靠一首首的詩保存得非常完整，傳到後世。

除了傳世的許多詩以外，蘇東坡還有許多詞，許多文章，其中不少說到飲食方面；我們在裏面發現到，這位名震古今的北宋文學大家，他對飲食自有一套「哲學」，不但始終一致，和他別的言論也一致。

味含土膏氣飽風露

中國的晋代（公元二六五—四二〇年）時候，富貴人家的飲食風氣十分奢侈，石崇、王愷鬥富，做出許多幼稚可笑的「擺闊」行爲，不必說了；據晋書，何曾每日食費一萬錢，還常常說沒甚麼好吃的（「日食萬錢猶曰無下箸處」）。眞不知道他要吃甚麼才滿意。

蘇東坡有首詩就提到何曾：

秋來霜露滿東園，
蘆菔生兒芥有孫。
我與何曾同一飽，
不知何苦食雞豚！

詩裏的「蘆菔」就是我們所稱的蘿蔔。記得豐子愷繪寫的「護生畫集」，就拿東坡這首詩的第二句做過畫題，提倡吃素。可是，如果以爲東坡是一位素食主義者，那也不對。該詩題爲「擷菜」，附有短序，說他借了王參軍一些田地，種了不到半畝的菜，他和跟着他過貶謫生活的兒子阿過就可以「終年飽菜」。又說：「夜半飲醉，無以解酒，輒擷菜煮之。味含土膏，氣飽風露，雖粱肉不能及也。人生須底（何）物而更貪耶？」

東坡這首詩，是他傳世名作之一，不能看輕。許多人只知道他的「大江東去，浪淘盡千古風流人物」；不知他的「蘆菔生兒芥有孫」，所以不能全面了解東坡。

番薯湯和處世哲學

如果把蘇東坡在詩詞和文章裏提過的飲食名稱，彙集起來，會輯出一組很雅致動聽的食譜。例如「玉糝羹」就是一種。

原來這種名稱好聽的食譜，是東坡的小公子阿過發明的。東坡當然有詩讚揚。粗看詩題，便足使人垂涎三尺。詩題是——

「過子忽出新意，以山芋作玉糝羹，色香味皆奇絕。天上酥陀則不可知，人間決無此味也。」

詩只四句，字數不及詩題多。也錄下來了：

香似龍涎仍釅白，
味如牛乳更全清；
莫將南海金虀膾，
輕比東坡玉糝羹！

我們如果穿過東坡的文字魔力，去研究他的玉糝羹，將會發覺除了番薯（山芋）和水以外，甚麼也找不到。他題裏的「天上酥陀」，詩裏的「龍涎」，「牛乳」，「金虀膾」等等，都只是借來美化那鍋碎（糝）番薯羹的東西。所謂「色香味」，也只有純白（玉和牛乳都純白）；香者番薯之香，味亦番薯之味。筆者並不低貶番薯，在此是指出東坡一種很有特色的處世哲學。

薄薄酒・粗粗布

從東坡各種文學作品看來，似乎他很愛飲酒。像那首「明月幾時有？把酒問青天」的千古名詞，題裏就有「大醉」字樣。然而，我們如果研究一下東坡飲的酒，我們會作會心的微笑。

東坡有兩首「薄薄酒」長詩。薄薄酒指力道不足的酒，「水酒」之類便是。雖然兩詩都是借題發揮，恰巧筆者就是要找他在飲食上借題發揮的證據。兩首詩都太長，各錄出他有趣的開始幾句：

薄薄酒，勝茶湯；粗粗布，勝無裳；醜妻惡妾勝空房。五更待漏鞾(靴)滿霜，不如三伏日高睡足晚風涼。……

薄薄酒，飲兩盅；粗粗布，著兩重。美惡雖異醉暖同。醜妻惡妾壽乃公。……

此外，一首「九日黃樓作」的詩，有「莫嫌酒薄紅粉陋」句；一首「月夜與客飲杏花下」的詩，有「山城薄酒不堪歡，勸君且吸杯中月」句。前者是宴會，後者是良宵，却實實在在是菜微酒薄。這樣的例子舉不勝舉。

東坡買不起美酒，曾試行自釀各種酒。他用蜜釀酒，朋友喝後瀉肚子，不敢再度領教，但他詩裏却表現得有聲有色：

……百錢一斗濃無聲，甘露微濁醍醐清。君不見南園採花蜂似雨，天教釀酒醉先生！先生年來窮到骨，人間乞米何曾得……

引詩的最後兩句畢竟洩露了秘密——找不到米才出此下策，試用蜜糖釀酒。

又有一首詩更妙，像煞有介事的作大宴鋪排，却樣樣是假的——

脯青苔；炙清蒲；爛蒸鵝鴨乃瓠壺；煮豆作乳脂爲酥。

高燒油燭斟蜜酒，貧家百物何所有？
古來百巧出窮人，搜羅假合亂天眞。……

——詩裏說：肉脯（乾肉）只是青苔；炙肉只是青蒲；看上去像蒸透的鵝、鴨，只是葫蘆瓜；牛羊奶只是豆漿；酥酪只是動物油……

以上幾首，都是東坡在黃州，寫他的大作「前、後赤壁賦」，寫千古名詞「大江東去」那幾年間的作品。

人棄我取的「東坡肉」

——東坡飲食哲學之二

蘇東坡不但是一位北宋時非常特出的人物，還是特出百代的奇才。他是四川眉山人，名軾，字子瞻，「東坡」是他四十多歲時在黃州所取的別號。他與父親洵、弟弟轍，同稱「三蘇」；他二十歲時，就已和小他一年的弟弟同進進士，受知於當時的宗師歐陽修，也受知於當時的皇帝仁宗（趙禎）。說也奇怪，這樣一位才大如海並且少年就大露頭角的人，一生的遭遇竟然極壞，平安無事的一年就算是好運氣。也許他的名氣太高，影響力太大了，他的政敵對他打擊，四十年來未嘗間斷，把他貶到小地方做起碼的小官吏不算，還愈貶愈遠，貶到廣東的惠州，海南島……實在存心把他磨折到死。結果在六十六

歲那年，頑強的他再也支持不下去，終結了波瀾壯闊的一生。

這樣說來，蘇東坡中了進士後的四十六年日子，走的一大半是崎嶇路程。他坐過牢（罪名可能至死），經歷過長久的流離失所生活；他在詩、文裏却從不出現喪氣悲觀調子。

他雖然不喪氣，不悲觀，却也不會——亦不可能成爲一位美食家。

怎樣解釋「三百顆」

蘇東坡的名詩極多，以廣東人看來，他那首在惠州寫的吃荔枝詩，覺得特別親切。吃荔枝也在飲食範圍，那首詩的意義亦不像一般人以爲那麼簡單，很值得一談。題長不錄，以下是該詩：

羅浮山下四時春，
盧橘楊梅次第新；
日啖荔枝三百顆，

不辭長作嶺南人。

從來一般人看這首詩，只着重後兩句，尤其對第三句發生興趣，更有附會爲「一啖荔枝三把火」的無稽之談。東坡的苦心，我們應該體會到。

惠州地方，即使五十年前，在廣州市附近的珠江三角洲（富庶之區）居民眼中，也還是省中的貧瘠地區。而蘇東坡到惠州之時（一〇九四），距今將達九百年，當時的中原居民看來，整個嶺南都是落後地區。可是，該詩的第一句，東坡着意把地方美化，寫成仙境一般；第二句用盧橘（枇杷）楊梅襯托起荔枝，顯出那是仙果中之仙果。第四句的「長作嶺南人」，在他來說等於終身貶謫在嶺南，其情甚慘；但他特別用「不辭」來反說，顯得滿不在乎的樣子；上句更作「日啖荔枝三百顆」的壯語，使全詩不露衰頹氣象。三百顆只言其多，不能算做實數。如果只對這一點有興趣，怎能了解東坡的心情？

赤壁賦中妙文

提出「赤壁賦」，可談地方太多，囫圇讀過的人實在可惜。後賦第一句：「是歲十



■現代名畫家周昌穀之東坡造像。

月之望，步自雪堂。」那「雪堂」，幾個讀者知道，是東坡在黃州被逼到無地棲身（他的職銜是黃州團練使，實在是上頭有意令當地官員負責看管的「逐臣」——）時才自行覓地，在當地同情者協同之下，自己動手蓋搭起來的簡陋房子？

「雪堂」所在地點便是所謂東坡，「東坡居士」這別號也在當時取的。下面幾句紀錄性的詩說得很明白——

去年東坡（地）拾瓦礫，自種黃桑三百尺；今年刈草蓋雪堂，日炙風吹面如墨。……

再說那「後赤壁賦」，東坡說：那晚隨着他從雪堂步返臨臯的有兩位「客」，途中看到「月白風清」，就想到「有客無酒，有酒無肴」；一客表示黃昏時網到一尾「巨口細鱗，狀如松江之鱸」的江上鮮（大概是鱖——即所謂桂花魚）。有肴了，就回去跟妻子商量，妻子表示藏有斗酒，以備不時供應。

經過這許多周折，才成就了一句「於是携酒與魚，復遊於赤壁之下。」是夜三人所飲食，也就是一斗（「斗」是盛器，不是一升一斗之斗）酒，一尾魚，沒有一樣當時花錢去買的。後人讀赤壁二賦，無不爲東坡的豪情逸致感動，少有查其細節的。其中動人

處，全在東坡的人格通過文字魔力所發出的效果。就在前賦，也只有「飲酒樂甚」，「洗盞更酌」，「殽核既盡」等處，約略提到飲食。

實在是營養不足

以爲蘇東坡是美食家的人，或會振振有詞地拿出「東坡肉」這名菜做證明。誰知這道菜色，不但不能證明蘇東坡是一位美食家，還適足以反證他不是一位美食家。

所謂「東坡肉」，是根據蘇東坡幾句歌來烹調的。歌的前幾句是：「黃州好豬肉，價賤如糞土。富者不肯喫，貧者不解煮。慢着火，少着水，火候足時他自美。」

歌中明白表示：當時黃州豬肉極端便宜，所以他買得起。至於說用文火慢慢燜的話，是不重要的。他吃「人棄我取」的東西，實在無可奈何；據此稱他「美食家」，知道底細的會覺啼笑皆非。

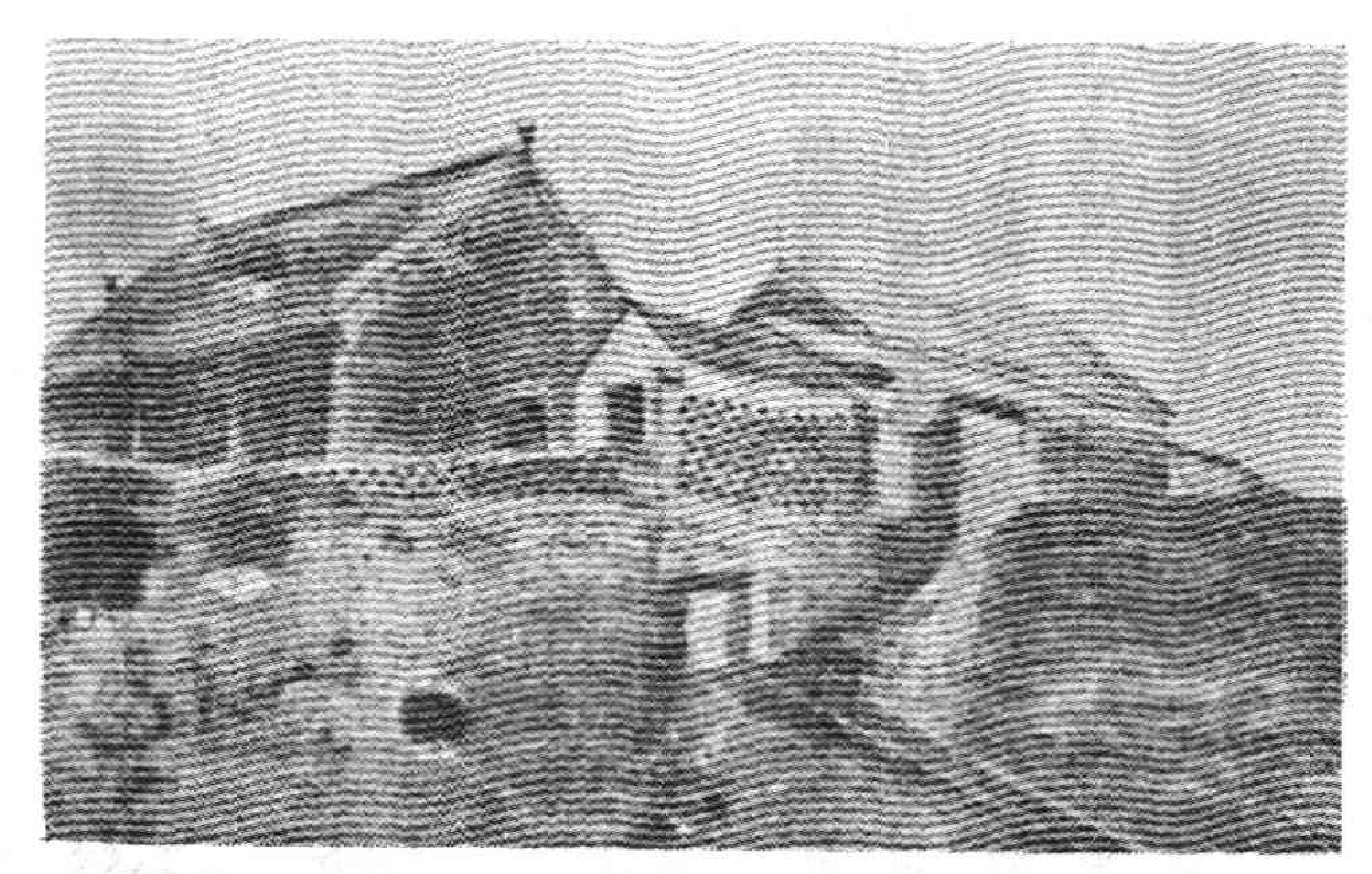
神而明之點鐵成金

——東坡飲食哲學之三

把平凡變成不平凡

蘇東坡被貶黃州的時間很長，從元豐三年二月到元豐七年四月，超過四年，離黃州時作的「滿庭芳」詞，有「坐見黃州再閏（兩次見閏月），兒童盡楚語吳歌」句。相隨的孩子都轉說當地方言，東坡也恐將終老於此。其間東坡害了一年多的嚴重眼病，京中一度傳他已死；今日想來，眼病多半因維他命A欠缺，實在說就是營養不足的病啊！

東坡離開黃州，奉命轉到汝州，做的也是「團練副吏」。新地方只有比住熟的地方



■蘇東坡在密州（今山東諸城）興建的超然台。此台已經不存，圖爲詩人臧克家所珍藏者。

■此爲海南島東坡書院內的東坡井與載酒亭。東坡書院建於蘇東坡謫居儋縣的第二年。

苦；直到後來遠謫瓊崖，更不必說。這方面的事情足可以寫一部書，不多談了。

筆者要說到的蘇東坡「飲食哲學」，也就是他一套獨有的人生哲學。他最擅於把一些普通的東西「神而明之」，使之成爲「名物」。他一生得意的時光不多，所能夠享用的大多數只是普通東西，難得在他經常興致勃勃，最能「點鐵成金」，經過他一番「神而明之」，平凡的東西就變成不平凡了。

蘇東坡把原本毫無價值的東西，「賦予」價值。例子不勝枚舉。前文提過東坡名詞之一的「明月幾時有？把酒問青天」那首「水調歌頭」，是他四十歲做密州太守時作於超然台，題爲「丙辰中秋歡飲達旦大醉作此篇兼懷子由」。詞的本身多數人會背誦，不錄出來了。現只借此人人知道的名作做例子。

却說作此詞所在地超然台，本來是密州的廢棄舊城樓。東坡到任後加以修葺，作爲公餘會客、盤桓的地方，他弟弟子由題了台名，他自己撰了台記（古文評註收錄），此後超然台固然成了名勝，密州（山東膠西）這小地方也跟着出了名。

一座小地方的破舊城樓，稍經修葺，當然不會怎樣壯麗，經過蘇東坡「神而明之」，

人們自然對之生出好感。古往今來具備那種「魔力」的人不多；「魔力」歷千年而不失，尤其不簡單。

仍然歸結到飲食範圍，當時東坡是密州太守，州郡雖然小，他到底是地方長官，他自述經常在超然台宴客——

雨雪之朝，風月之夕，予未嘗不在，客未嘗不從。（超然台記）

他宴客的情形，却是——

擷園蔬、取池魚、釀秫酒，瀹脫粟而食之，曰：樂哉遊乎！

可以注意的是：蔬是摘自園裏的；魚是取自池中的；秫（專供釀酒的穀類）酒是自釀的；粟是粗糙（僅脫外穀）的。——宴會所食不外如此。

既然如此，可知蘇氏「明月幾時有」那千古最多人愛誦的名詞，題中「歡飲達旦」，亦不外飲秫酒、吃園蔬、池魚、脫粟而已。

從菱蟹移到風月

東坡對人生（包括飲食）的一套哲學，在他歷遍艱危的歲月中，慢慢形成。他少年到京師時抱負不凡，正如他赴密州途中寄弟的詞所說：「有筆頭千字，胸中萬卷；致君堯舜，此事何難！」誰知事與願違的情形實在太多，他的看法和應世的態度，就無法不作無數次修改，後來發出「我被聰明誤此生」之嘆，恰是那幾句詞的對照。

東坡曾兩度任杭州官職，第一次三十六歲，任通判（太守的副手），三年後轉密州；第二次五十四歲，是他一生得意的時候。因宋哲宗登位之初，政治氣候曾有短暫改變，東坡五十二歲爲翰林學士；五十三歲知貢學（負責國家考試的選才工作）；五十四歲任杭州太守，五十六歲離任。任內做了不少對地方的好事。不久，政治氣候又變，東坡五十九歲那年，一貶再貶，使他不能不來吃惠州的荔枝。

「紫蟹鱸魚賤如土」，這是東坡四十四歲在湖州任內時詠述地方物產的詩句。他在湖州攖「文字獄」，坐了一百來天的牢，出獄後就以團練副使名銜派赴黃州「安置」；初到黃州，有「滿江風月不論錢」，和前面談過說黃州豬肉價賤如土的歌。

以上幾句詩，都提到東西和價值，寫作的早晚大約相距十年，從中可以看出一些小小的端緒：

第一，東坡常常留意東西的經濟價值。

第二，東坡坐過牢後，思想有所改變，對世事看得更透，悟得更深。眼光從「烏菱」、「紫蟹」移到「滿江風月」，是了不起的進境。

他在黃州作的赤壁（前）賦裏，有很重要的一段，發揮「滿江風月不論錢」精義：

且乎天地之間，物各有主，苟非吾之所有，雖一毫而莫取。惟江上之清風，與山間之明月，耳得之而爲聲，目寓之而成色；取之無禁，用之不竭。是造物者之無盡藏也……

李白詩有「清風明月不用一錢買」的句子，東坡把它說得更有深度。

蘇東坡前後兩首赤壁賦，是他留給後世的文學寶藏，誰都可以從裏面「拿」出好東西而收歸已有，歷來的名作中，很少被人這般樂於取用的。像：「清風徐來」，「水波不興」，「月出於東山之上」，「有客無酒，有酒無肴，月白風清，如此良夜何……」

等，人人覺得親切，就像自己的資料，要用就隨時拿來用。

現在研究的是後赤壁賦裏兩句：「於是攜酒與魚，復遊於赤壁之上。」所說的酒是何酒？魚是何魚？

當時蘇東坡被「安置」到黃州這小地方，做一名帶罪的「團練使」，那有能力買到甚麼好酒？但另一方面，其地瀕臨大江，魚類不一定要花錢去買，吃到好魚就不足爲奇了。

賦中交代，蘇軾在公元一〇八二年（壬戌）的十月十五夜，從他親手築在該地之黃岡的雪堂「別業」，走回臨皋寓所，有兩位朋友同行，途中看到月色甚好而有意夜遊，恨無酒食助興。一位朋友遂表示黃昏時網到的好魚尚在……

賦裏說到這地方的四句是：「今者薄暮，舉網得魚，巨口而細鱗，狀如松江之鱸。」從後兩句的形容去推測，又拿地方物產來比勘，賦裏指的魚，鱖之成分甚高。

長江鱖·松江鱸

下一篇，提供一幅松江四鰓鱸魚和鱖魚的圖片，比照着看，二者不獨「巨口而細鱗」兩項特徵相像，身上的斑點（是鱖魚得名的由來）也相像。

鱖魚和松江鱸魚都是肉食性魚類，都愛吃小蝦小魚。鱖魚經過深知魚味的張志和品題，鮮美毋庸置疑，但名氣仍不及松江四鰓鱸魚大，或因張翰「蓴鱸之思」故事動人，比張志和的白描句子更具魔力，使蘇軾不覺中流露嚮往之意，所以賦裏透出點「得隴望蜀」心情罷？

不過，松江之鱸體形相當小，長足了也不過五六吋光景。鱖魚則大得多。據紀載：漳河鱖魚乃鱖中之珍，大者重達五斤，油層肥厚，鮮嫩異常。漳河在湖北省南縣，其流入於長江；當時蘇軾困處的黃州今爲黃岡縣，也在湖北省，接近武漢，地瀕長江，網到大鱖魚殊非意外。

如此說來，當日那「舉網得魚」的朋友若能奇蹟地獲得一尾松江鱸，三個人也實在沒甚吃頭；網到鱖魚，就算中型的，也將就過得去了。

問題還可以進一步探討：何以這般巧，蘇軾那位朋友是日剛好網到一尾那樣的魚？

這問題的答案，可從「前赤壁賦」裏的幾句找到：

「況吾與子，漁樵於江渚之上，侶魚蝦而友麋鹿……」

原來他們平日經常會打漁的。至於他們是晚怎樣吃那鱖魚？是按當（宋）時社會吃魚的風氣做鱠？抑是半鱠半羹，「一魚兩吃」？還是作鮓呢？史無明文，不便臆說。

——一九七九・刊「飲食世界」

桃花流水鱖魚肥

西塞山前白鷺飛，
桃花流水鱖魚肥。
青箬笠，綠簑衣，
斜風細雨不須歸。
——張志和

是日與鱖無緣

正是江南「桃花流水鱖魚肥」的時節，香港新界兩位「漁客」，和一位文藝青年，聯袂到訪寒齋，邀我一起去吃山東菜和「游水鱖魚」。欣然同意，在寒齋盤桓一番然後

動身。吃山東菜的一頓，曾以短文記之，刋於某報一框子。表過不提。

却說黃昏時一心一意去找鱖魚吃，行列中又多了一位非常精研飲食而不甚爲衆所知的報壇名編，是專程到報館拉他出來的。誰知是日與鱖無緣，獨家應市的食肆賣光了。鱖而有知，也許會爲深負慕名而往者的盛意而抱歉罷？

鱖魚不入「四大」

我和上述那位名編都在中國地土長大，也都喝過好幾條江的水，鱖魚自然吃過。所以，是日最感洩氣的，是渴望一嘗「淡水老鼠斑」滋味的「漁客」。我則因此引起一談這種魚的動機。

中國有四大名魚，而鱖魚不在其內。我常替它們叫屈。須知名魚應以「知名度」高低爲準則，雖然十分好吃而不甚出名，或未能「遐邇皆知」，其名就顯然有着局限。說到鱖魚，自張志和的一首「漁歌子」（見正文前）傳世，一千二百年來傳誦廣泛，誰不對之留着深刻印象？這是「魚以人傳」的一例。

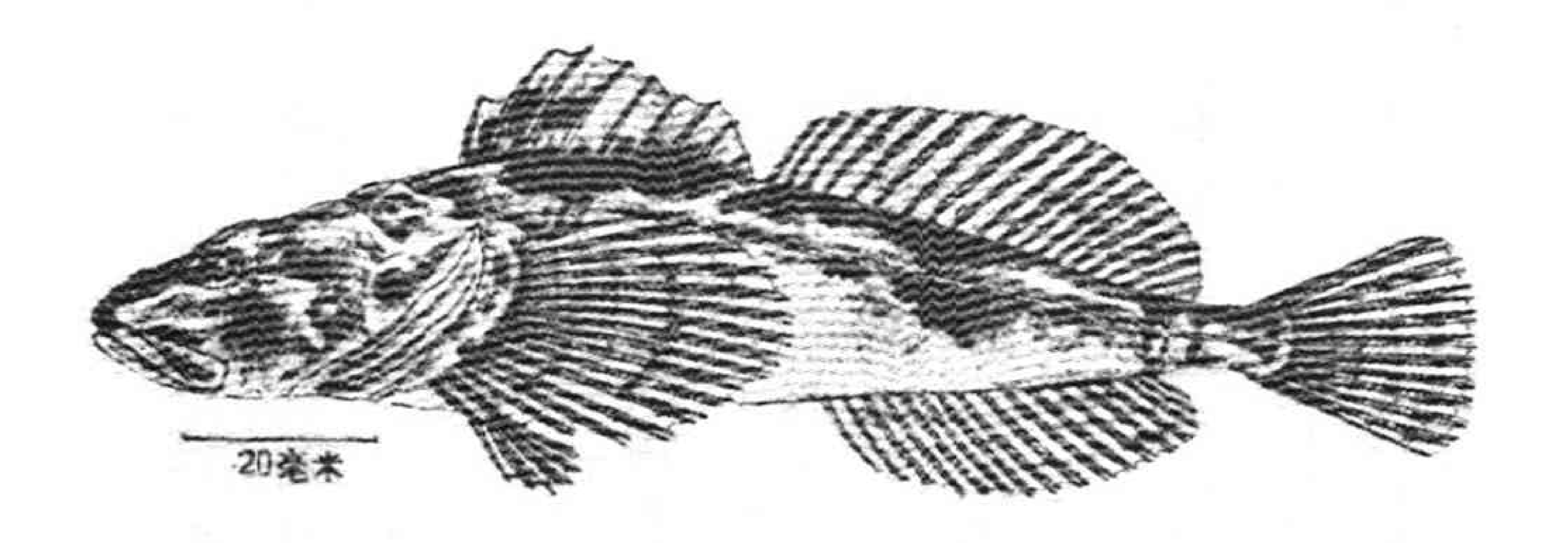
「魚以人傳」，中國從前有不少例子：著名的，富春江七里瀧鰣魚，因漢光武帝的老友嚴光（子陵）而傳；松江四鰓鱸魚，因晉代的張翰（季鷹）而傳。其中只四鰓鱸能躋身「四大」而已。

扯到喀什米爾

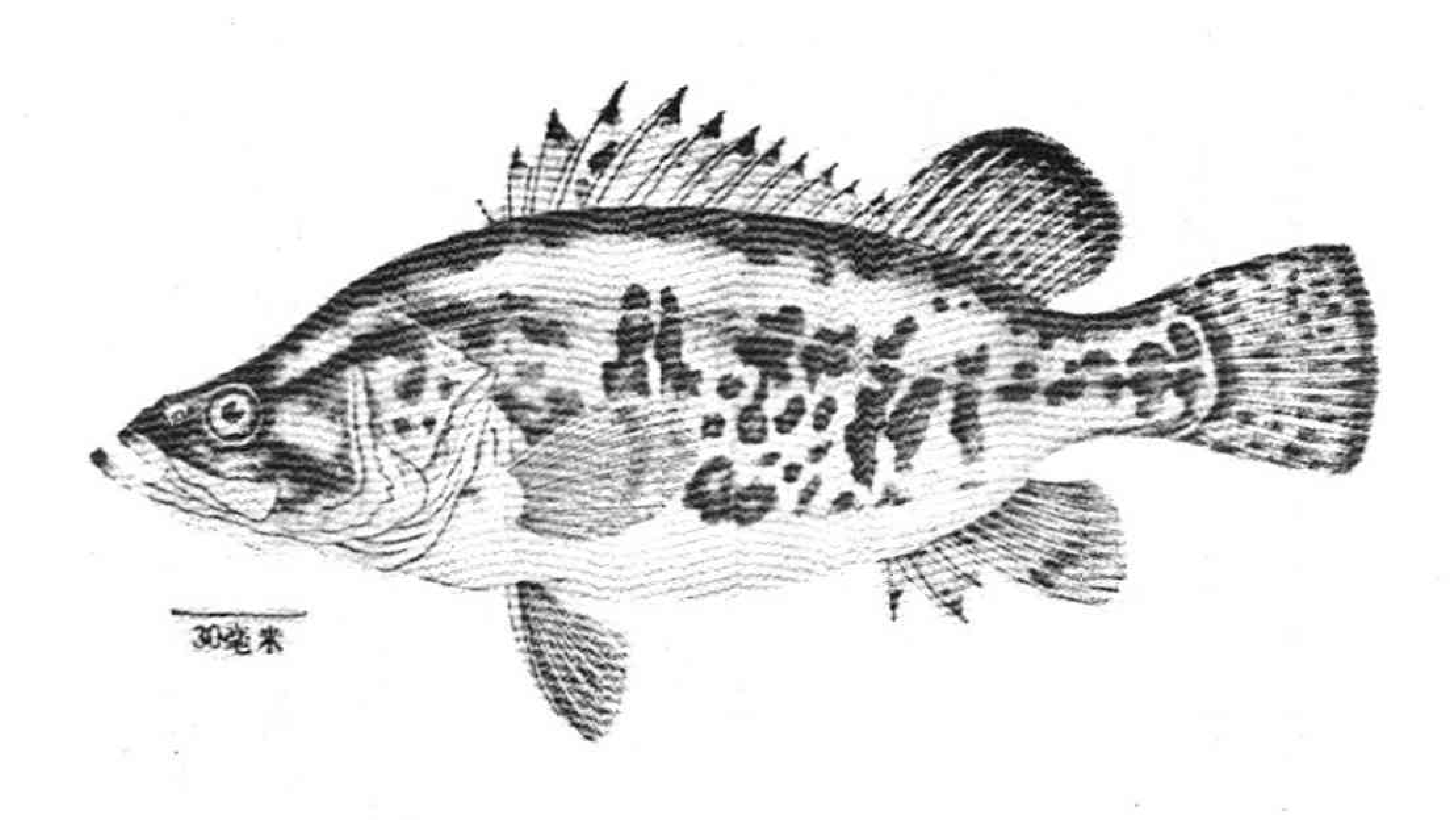
本人有個癖好，愛探討事物得名的原因。例如另一篇對「河豚」的探討，認爲由古稱的「侯台」（兩字魚旁），音轉而來。否則不會平空有此毫無意義的名稱。自以爲找到眞相就大爲高興。現在對這「鱖」字也要說出一些見解。

鱖字一般讀「決」，也有讀「貴」，當以後者爲是。有些逕寫「季魚」、「桂魚」、甚至「桂花魚」，都是將錯就錯。又有稱「石桂魚」、「水豚」(見本草綱目釋名)的；李時珍還苦心想出了鱖字如何得來，說它身體挺硬，不能屈曲，像僵蹶一樣。這實在是附會。

有些「解釋」勉強拉桂字的關係，說：從春天桃花開放到秋天桂子飄香時，這種魚



■松江「四鰓鱸魚」



■鱖魚

一樣的鮮美，所以稱做「桂魚」。如此「理由」決不能成立，連附會程度也未達到。

原來鱖魚初時的名稱叫「罽」。該字在今日雖是僻字，從前却否。古書上的罽賓國，即是今日的喀什米爾，也就是粵稱「茄士咩」，滬稱「開司米」（其地出產最名貴的羊毛）之處。

問得好！

一定有人問：花許多工夫弄出一個罽字，和鱖魚有何關係呢？——問得好！原來那個罽字見於漢書的「高帝記」，意義爲有花紋圖案的毛織品。

不必多引甚麼書，簡單說來：罽是織花毛毯之類。那麼，罽魚就指該魚身上有花紋圖案。——可知古人命名不是亂來的；又可知該名在長遠年代輾轉流傳中失去原來意義，而獲得似是而非「解釋」的軌跡。

罽字音計。由「計」音轉爲「貴」，只是常見的訛轉。今日中山縣石岐附近方言，就是讀「貴」爲「計」的，同時也讀慣爲「諫」，讀歸爲「雞」。現在香港很流行讀光

爲「江」，讀廣爲「港」，讀國爲「各」，就是有限度的羼雜了「中山音」。

研究記錄的對照

鱖魚由於身上的斑紋而得名。算是交代清楚了，會有人對從前「一名之立」之鄭重態度，表示不解。那麼，繼續談一些關於鱖魚的前代「研究記錄」，會談出更多趣味。

清人李元著「蠕範」八卷，把鱖魚歸入「物候」一類。說：「鱖鬐應月」。

書上的「鬐」，指鱖魚背上的刺骨。刺骨十二根，應一年的十二月，這便是書上說的「應月」了。

請看今日科學上的說法：

鱖魚屬於鱸形目，鱸亞目，鮨科。主要性狀：「……背鰭分兩部分，後部有鰭條十三到十五，前部有十二根硬棘。……」

這「前部有十二根硬棘」一句，等於「蠕範」說鱖魚的「鬐」有刺骨十二根這個特徵。

「蠕範」還說，鱖魚的斑紋，雄魚明，雌魚暗；黃質（底色）黑章（斑），皮厚肉緊，夏居石穴，冬偎泥冧。

現代對鱖魚的習性是如此描寫的：「冬季不大活動，喜在湖水深處越冬。春季天氣轉暖時則游到沿岸淺水區覓食，此時的雌雄魚都有側臥在湖底下陷處的習性，故漁民常利用此習性，以「踩鱖魚」或「鱖魚夾」等方法大量捕捉。夜間鱖魚活動覓食，漁民又利用此一習性，用三角網捕獲之。……」

這就是詩人歌詠的「桃花流水鱖魚肥」的實況。

永結不解之緣

回頭說張志和的作品，研究他熱情歌頌的鱖魚是何處出產。

作品開頭就說的「西塞山」，在浙江省吳興縣城西，並不是甚麼大山，從分省地圖上也找不到。其地却近着個面積三萬六千頃的太湖。

浙江省北部，本來就是標準的江南水鄉。西塞山下的吳興城，笤溪迴環，分爲東西

溪，甚麼白鷺，甚麼鱖魚，應該是要多少有多少。

張志和是金華人，唐時金華火腿已否出名？須待考證。而金華就在盛產鰣魚的富春江上游，却不須查考。金華位於浙江（古越地）的中心，西塞山則在浙江北部，接近江蘇處。張志和自號「烟波釣徒」，斜風細雨也不須歸，晴天更必然是流連烟水，浮家泛宅，富春江、笳溪、太湖，都是「他的國度」。他另一首「漁歌子」流行不廣，却落實了上面的推測：

雲溪灣裡釣魚翁，舴艋爲家西復東。江上雪，浦邊風，笑著薄衣不歎窮。

張志和在肅宗時做過錄事參軍。歸隱後，作「茶經」的陸羽和他有往來，顏眞卿見他的小船太過破舊，有意替他換一艘新的，又有意給他職位，他不要新船，又表示離不開笳溪一帶。此人賦予鱖魚一個詩意的形格，在歷史上也將和鱖魚永結不解之緣。

——一九八〇·刋「飲食世界」

河豚有三奇

推理論名

談到河豚，此魚甚奇。在「民食」地位中，時高時低，時顯時隱。一奇；身上的毒質時輕時重，時有時無。二奇；稱爲「河」而亦生於海，稱爲「豚」而毫不像豬。三奇。

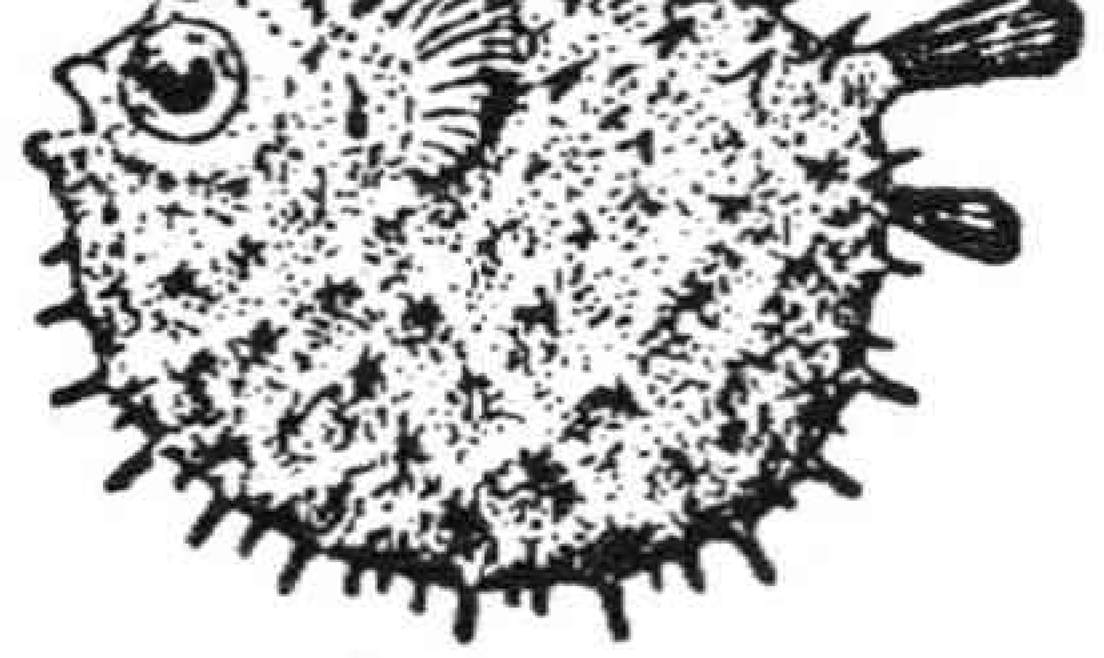
三奇都可以探索，但手頭參考書不多，引證之外還須「推理」，方才可以作出我的結論（他人或者未必同意，故曰「我的」）。

先引本草綱目的話（引文中加括號的都是魚旁字）：

河豚（別名爲）「侯夷」，一作「侯台」，「胡夷」，「規」魚，嗔魚，吹肚魚。

李時珍解釋那些名：

■幾種河豚魚。



豚，因其味美而稱之。「侯夷」，狀其形醜；「規」，狀其體圓。吹肚與氣包，像其被物觸到，就發怒而鼓脹。

李時珍的解釋，別的有道理，說因味美而稱豚就很勉强。河豚是魚類中特別味美的，豬却不是獸類中特別味美的。魚肉和獸肉之味也不相類。我的推理結論，在下篇詳述。

蘇東坡說値得那一死

宋人嚴有翼著的藝苑雌黃裡說：「河豚，水族之奇味。世傳其殺人。余守丹陽宣城，見土人戶戶食之，但用菘菜、蔞蒿、荻芽三物煮之，亦未見死者。南人言：魚之無鱗、無腮、無胆、有聲、目能延（目旁，眨也）者，皆有毒。河豚備此數者，故人畏之……」

按：丹陽宣城，即今安徽省宣城縣。宋代江南一帶民間都吃河豚，類似記錄很多。日本許多保存至今的民間習俗，承繼自唐宋時的中國，吃河豚，吃魚鱠（刺身），「吃茶」都是。

宋人筆記中有着這樣一個關於河豚的故事：

某日，京師幾位經筵官（按：指那些常常陪着皇帝講經論史的「侍講」、「侍讀」等官）一起在資善堂進食，談話之間說起河豚，蘇東坡力讚好吃，同僚呂元明問：味道究竟怎樣？東坡回答：總之值得「那一死」。

——「那一死」，暗指「拚死吃河豚」那句俗語。

這故事反映出一些當時現象：

第一，北宋時京師（河南開封）吃河豚之風並不普遍，經筵官中多數未吃過，而蘇東坡（他素性曠達、樂觀、好奇，江南地方又很熟稔）至少是吃過的。

第二，當時民間已流行「拚死吃河豚」這句俗語。此語一面顯示河豚毒性之劇，一面又顯示其吸引力之大。

在同一時代，宣城則「戶戶食之」，開封則羣僚中只東坡獨讚，地域性的現象如此顯著。

河豚之毒何在？

河豚的毒質何在？爲甚麼有人的確中河豚毒而死？有人又常吃而無害？其原因歷來說法不一，我們可以分列爲三個系統：

A，認爲河豚無腮無胆，所以肝、血、卵都含劇毒，入口會爛舌，入腹會爛腸的，有「閩中海錯疏」。認爲河豚的肝、眼、脂、血、卵，皆有大毒，能殺人的，有「蠕範」。說河豚子（卵）必不可食，曾以水浸之，一夜（每顆）大如黃實的，有「本草綱目」。

B，認爲烹煮河豚時，煤烟掉到鍋中會產生毒素的，有「閩中海錯疏」。認爲烹煮時候魚肉貼着鍋就會產生毒素（主張吊起來煮）的，有「本草綱目」。

C，認爲每年三月後，河豚背部色素淡黑有斑紋者毒素更甚，把它插到樹上，樹亦爲之枯死。見「蠕範」。說明河豚於每年四五月間產卵，這時候的卵巢和肝臟皆含劇毒。見辭海「河豚」條解釋。

此外，還有與各種食物、藥物宜忌之說，俱從略。

尚未降伏

綜觀以上擇記的「毒生於內臟說」，「毒由於外物引起說」，「毒之有無及深淺隨季節而異說」，自以辭海所記有科學根據。可是，以現代日本人之動員科學方法處理河豚，又據說售賣者須修專門課程，領有執照，方能從事。管理不可謂不認眞。但間中仍有吃河豚中毒事件發生。可見河豚之毒尚未完全降伏在人類智慧之下。

動物學上說，河豚的毒素有兩種，一種是結晶的，一種是樹脂狀的。眞是危險不從一處來。前天漁客電問有無興趣一試那種人間美味？筆者貪戀紅塵，無意冒此「雅險」，敬謝不敏；而另一方面，實在也深信專業人士對此的知識與經驗。古人云：「千金之子，坐不垂堂。」吾雖愛東坡，不能從其「値得那一死」的觀念也。

——一九八〇・刊「飲食世界」


一年大事食河豚

先花幾個月造醬

一本似是清初名士著的「三風十愆記」，其中「記飲饌」部分，叙述浙江上虞一巨富每年春間吃河豚的大陣仗，甚爲有趣。準備工作要早一年開始做。

早一年做的事情是製作豆醬。用幾斗最好的黃豆，逐顆挑選幾次，稍有淺色斑點都予剔出。最後一次由主人親自細驗，然後煮爛，和以上等麵粉釀晒。過程全用紗罩蓋着，以防煤灰雜物墜入。造醬的全程要幾個月，造好之後用灰封固，這叫做河豚醬。

烹河豚的步驟，先叫人駛船到水靜澄清的江面，吸取幾大缸水回來，作漂洗和烹煮之用。河豚皆切去眼部，除清魚卵，用銀簪剔盡脊旁的血絲，然後切開煮熟，撈起把魚



■ 味美而含毒的河豚。

刺慢慢箝清楚，切成方塊，以豬油炒過，才用去年預製的河豚醬調味煮之。每揭鑊時一定拿罩子擋着上面，不讓煤灰墜入。拿紙條蘸了汁燃點，燒得着便是火候足了。

書上說那巨富之家：「每烹必多，每食必盡，而卒無害。以是著名於時。年年二三月間，朋黨輒醵錢聚會於其家，上下怱忙，竟似以河豚爲一年大事，饕餮淋漓，恣嘆爲快，春初及夏初，殆無虛日。」——這不是很有趣的描寫嗎？

三都賦提到河豚

上篇拙文說：席上聽到談論河豚的話，牽動心中若干端緒。該文說的却不是「端緒」。

「端緒」之起，因覺宋後的人似對河豚特別有興趣，多所紀錄。是否宋前的人都怕死，不敢吃這種含有劇毒的魚呢？

這問題，由「說郛」一則記錄否定了。

說郛收錄坦齋筆記說：

楊廷秀問尤延之：何以不見古書說到河豚？尤答：有的。左思的吳都賦裡有「王鮪鯸鮐」之句。註云：「鯸鮐魚狀如蝌蚪，大者尺餘，腹下白，背上青黑，有黃文，性有毒，雖水獺大魚，不敢啖之。蒸煮食之肥美。」這就是河豚了。說得很明白的。

按：左思（太冲）晉代人，生於距今的一千七百三十年前，吳都賦就是「洛陽紙貴」的三都賦一部分。

奇名西施乳

河豚有種種別名，前文實未具錄，奇艷的像「西施乳」，近俗的像此間稱爲「鷄泡魚」。鷄何來泡？相信指鷄的膆囊，前代孩子可以用來玩出許多花樣。

對種種別名的釋義，前文已經指出稱爲「豚」的理由不足。然而筆者從「推理」中獲得一個結論，認爲「河豚」乃直接由「鯸鮐」音轉而來。理由如下：

本草綱目集解云：「河豚，江淮河海皆有之。」既然河海都有，何以獨稱「河」豚？此其一。

海豚像豬，至少有獸類之形：河豚則一點不像；說味道像更加無稽。此其二。

本草綱目又云：「今吳越最多」。上面引「三風十愆記」說的吃河豚陣仗，也發生於越地。這很重要。

爲什麼很重要？原來蘇浙（吳越）方言，說「鯸鮐」（音侯台）和「河豚」，兩者發音極其相像，蘇州話更幾乎一樣。

所以，筆者認爲一千多年前慣寫的兩字，大概筆畫多，又不常用，漸漸失落了，少人認識也少人應用了，却還一直在口語中流傳着。然後，不知何時開始，有人根據發音而寫出和以前完全不同的另外兩個字——「河豚」。這兩個字流傳起來，慢慢地沒人知道他和「鯸鮐」的關係了。

以上便是筆者平空推究出來的轉變軌跡。幾百年前的人已經對此茫然了。

筆者相信，吾粵俗稱的「煲」，原本就是釜；俗稱的「鑊」，原本就是鐺。轉變軌跡就和「河豚」一樣。類此例子很多，發現到是有趣的。

——一九八〇•刋「飲食世界」

奇食篇



■雷州半島徐聞街頭有白切狗肉擺賣，可知當地吃狗肉之風甚盛。

佛跳牆與龍鳳宴

無意中發現「牆脚」

「佛跳牆」！好個滑稽形像。然而竟是一道名菜。據說，有個故事可以證明此菜的起源，眞是齊東野人之語了。菜色好吃自有大衆捧場，有無「故事」其實並不重要。

本來無意挖「佛跳牆」的根，却於無意中有所發現。按理，那發現比該「故事」有價値，至少是事實，還可以追溯到御膳上面去，並可追過淸朝二百六十八年的十個滿州皇帝前頭，直到明朝的嘉靖（世宗朱厚熜）或隆慶（穆宗朱載垕）帝；即使比淸朝的第一個皇帝，也早了一百多年。

據明朝萬曆年間任司禮監（內官最高職位）的劉若愚憶述：「先帝」特別愛吃的菜

餚，有：「炙蛤蜊」、「炸鮮蝦」、「田雞腿」、「筍雞脯」和「三事」等。前四者望文知義，不必多說；最後那道「三事」就有文章。

從一般角度去猜測，「三事」也者，總不外炒三絲、燴三絲、爆三脆之類，誰知「三事」並不等於三物，而可能指三類東西。原文是：「海參、鰒魚、鯊魚筋、肥雞、豬蹄筋，共燴一處，名曰三事。」列出來的已有五種東西，若把它們歸類：海產、家禽、家畜，恰是三類。

遠從三事見雛形

飲食規式隨着歷史足跡而進步，進步中又不斷有着變革，這是文化進展的普遍現象。我們按着這「規律」，就不難從那四百多年前明宮御膳中的「三事」，看出今日「佛跳牆」的雛形——

海參、鰒魚（即鮑魚）和肥雞都原裝未動；鯊魚筋換了當時大概尚未面世後代才出現的鯊魚鰭（翅）；豬蹄筋換了更稀罕的鹿蹄筋；更加上其他山珍海錯，一爐而共冶之，

於是那可憐的「佛」兄乃被逼而「跳牆」矣。

三事支派各具面目

其實，像「佛跳牆」這一類型的菜色，其他地方並非沒有，只是名稱不夠怪。或者這就是紅不起來的原因。喜歡「吃故事」的人或者當眞不少。產生於民間的許多名詞不必求其甚解，即如廣東俗語「佛都有火」裏，佛字只代表最好性子的人；說到「大頭佛」就更對佛陀失敬，若要一一作個故事，表示大有來歷，就弄巧反拙了。

筆者早知吾粵古鎮佛山的素封之家，每於冬令，輒以各種山珍海錯製「罏子肉」饗客，所用材料，炮製過程，與「佛跳牆」大致相若。此亦明宮「三事」支脈之一，相信全國不少地方都有這類以名貴材料取勝的「大型一品鍋」食制，只是命名各異而已。

太監愛食不文物

說到明宮食制的支脈，還可以旁及一些有趣情形，其中最有趣者莫如太監進補的怪

狀。

冬令進補是傳統觀念。每年一至十月，明宮有頭有面的太監（稱內臣，別於宮外百官也）紛紛要進補。進補不奇，奇者是他們最喜歡的補品是牛鞭、驢鞭。據上文提過的司禮監劉若愚憶述：「內臣最好喫牛驢等不典之物」。按：所謂不典之物，即今日所謂不文之物也。

太監的心理，應該是世上最複雜的心理。世上相信「以形補形」的男人吃畜類不典之物，意在借助他由；太監已是個「中性」人，在宮內可說生活於他們自己的社會裏，舉目多是「同性」，自炫與自卑皆非必要，彼此明白根本無形可補，還要相率從事於這個掩耳盜鈴的以形補形遊戲，製造出「鞭影縱橫」的假熱鬧。有趣在此。

有趣還不止在此呢，原來明宮太監不但愛吃雄畜的「不典之物」，雌牛、雌驢也一視同仁，稱雄具爲「挽手」，雌具爲「挽口」。大概他們亦自視兼有兩性之質，所以對兩者不分軒輊，一律歡迎。

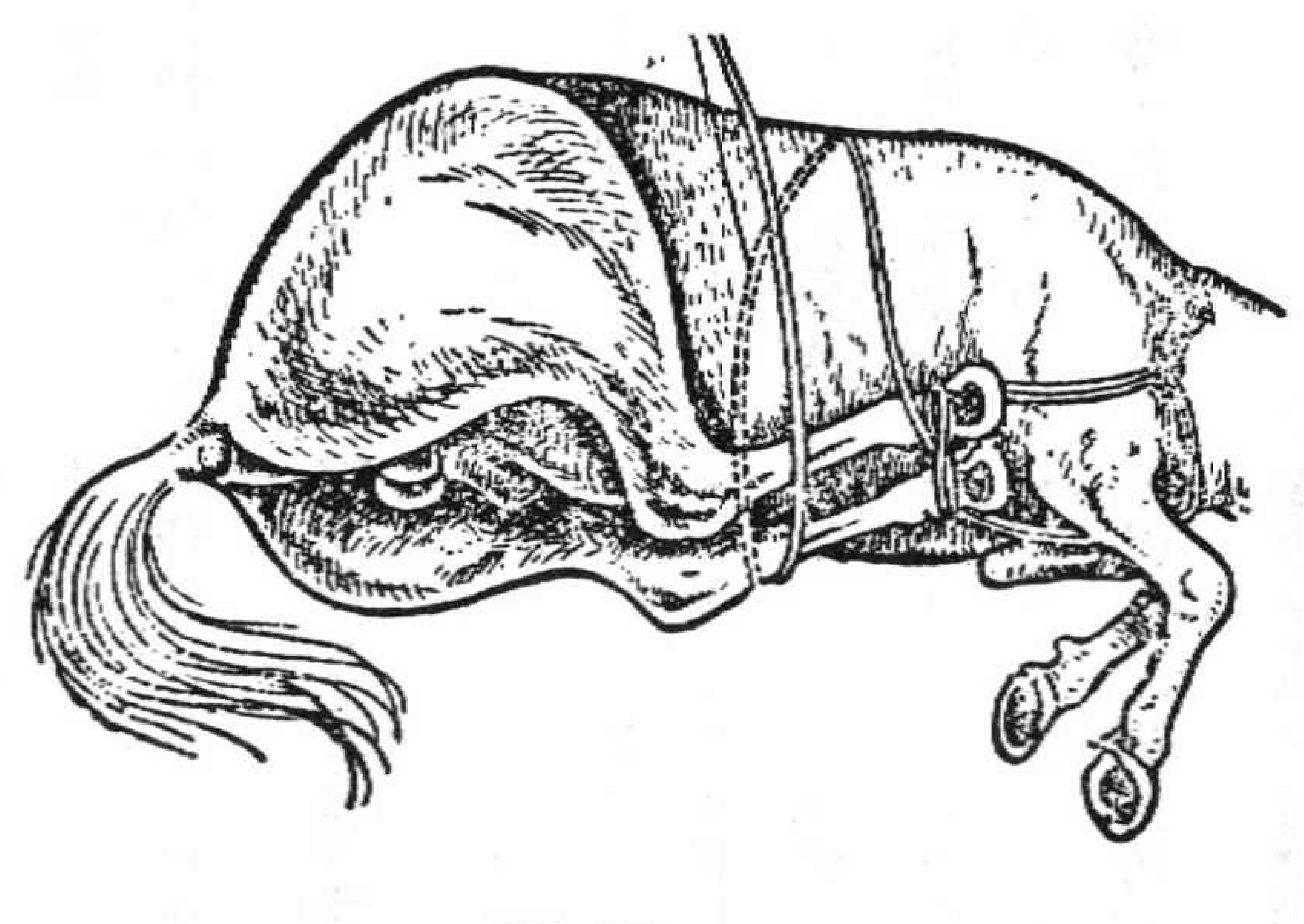
還有：當時太監們推屋鳥之愛，由不典旁及於「半典」，對今日香港俗稱爲「子」，

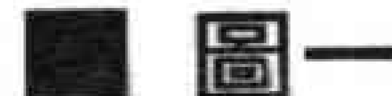
雅稱爲「外腎」的雄畜兩顆東西，亦有分級的重視：出在羊身上的稱爲「羊白腰」，已是較高級的；最高級爲出在白色雄馬身上者，稱爲「龍卵」，其貴重珍奇，可想而知。

絕陽人士念陽生

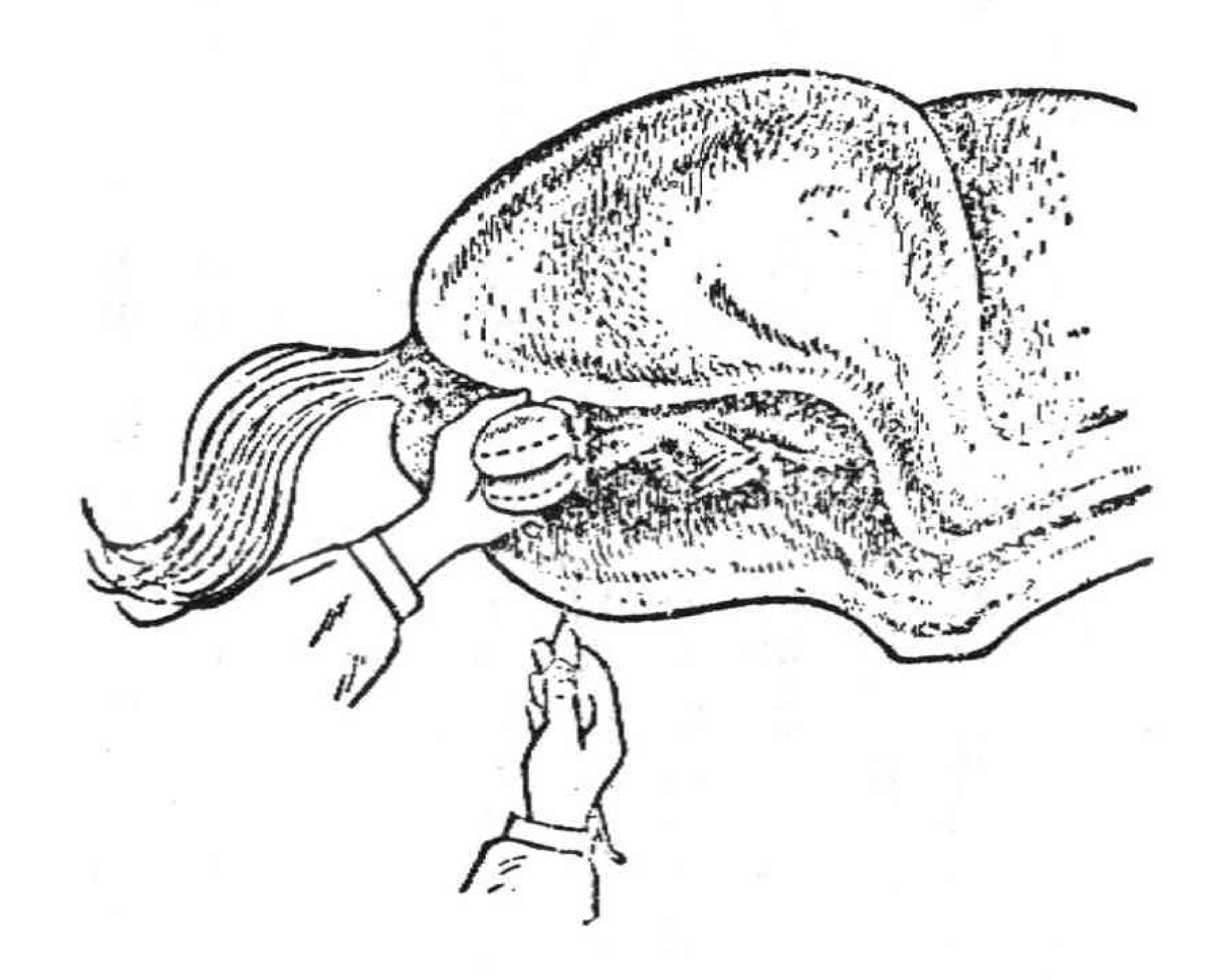
明宮太監十月如此進補，十一月又如何？據紀錄，他們十一月的時菜是：糟醃豬蹄尾，鵝肫掌，炙羊肉，羊肉包，扁食餛飩。總結一句是：「以爲陽生之義」。

語云：「冬至一陽生，是謂日晷初長。」冬至是十一月的大節，也是年中的大節。是日開始漸漸改變日短夜長現象，也即是開始改變陰盛陽衰的現象。所謂陽生之義就指這些。從前全國人都重冬至，太監爲「絕陽」之人，仍念念不忘「陽生」，當然也是一種心理作用。至於紀錄又說：「冬筍到，不惜重價買之」；若以近代西洋的佛洛依德或靄理斯學說衡之，對冬筍這東西可以說出許多道理，這題外之文，筆者在此不予探究。





■ 圖一



■ 圖二

活取「龍卵」示意圖。

可以探究的是稱白馬外腎爲「龍卵」這一點。原來白馬稱「龍」，在明宮中，此處不是孤例。

各種載籍中，說到珍奇餚饌，常有「龍肝鳳髓」，「烹龍炰鳳」等形容。誰都知道世無眞龍眞鳳，於是我們聰明的廚房藝術家發明了以蛇代龍，以雞代鳳。在這「李代桃僵」公式下，出現了熱鬧的「龍虎鳳」，還請到一嘯風生的大蟲（當然也是冒充貨色）客串，在席上際會風雲一番。

明宮專責料理皇帝飲食的「尚膳監」也會「李代桃僵」，並且他們的手筆大，材料多，全國物資任他們選擇，要什麼有什麼；他們怎敢拿毒蛇餵皇帝？自然選擇矜貴而有地位的動物來代替龍鳳。紀錄云：

「有所謂炰鳳烹龍者，鳳乃雄雉，龍則宰白馬代之耳。」

看到這幾句紀錄，知道御膳中眞有「烹鳳炰龍」這類食譜，而實際上皇帝吃的是雉（野雞）與馬。

孔子曰：「山梁雌雉，時哉時哉！」野雞和家雞一樣，本來雌比雄好吃，何以御廚

偏要給雄雞皇帝吃？答案應是雌雞羽毛不美，不像鳳；馬也是，白馬看來特別神氣。向來馬就有龍媒、龍馬、龍駒等稱謂，以之代龍也言之成理。有一點却不可不知，這種「龍」決不可能做出「龍肝」這道菜，因馬肝有毒，決不能食。

——一九八三・刊「飲食世界」

食補奇談

藥補・食補・神補

我的少年時候，曾離開位於珠江三角洲的故鄉，「遠」赴三江奔會的三水縣一僻遠小村教了兩年書，初吃塘中所畜以外的魚；塒中所畜以外的禽；家中所畜以外的獸；還初次聽到別人說到關於飲食方面的理論。如今隔了四十年以上，那些理論還淸楚記得。

告我以那些學問的，是一位年將八十的老儒生，他是本鄉人，教了一輩子書，却對我這外鄉小夥子毫無排斥態度，還「傳」給我一根自己用過幾十年的「戒方」。

老先生當時頻頻告我的兩句話，是：「藥補不如食補；食補不如神補。」

今日在此間談論「藥補不如食補」的人甚多，每聽說一次就想起老先生（他名馮晴

坡）一次。兩句話變了一句似乎不打緊，可是也得看說的是甚麼。像上面兩句，其中流動着一種哲學氣息，截爲一句就斷了脉絡，缺少了條件，流動不起來。正如孟子的兩句名言：「天時不如地利；地利不如人和。」如果將其腰斬而變成單獨一句「天時不如地利」，也就不成其爲孟子名言了。

當時該三水小村，連肉檔俱無，但常有打雀佬携田「墩」（？）鷄、夜遊鶴、白鶴等禽類，打魚佬携鱖魚、鲇魚等水產，到校兜售，取價極廉。老先生於此又有理論：「寧食飛天四両，莫食地下半斤。」他贊成吃鳥類，却認爲不須仗藥材爲助。這是他以行動表示深信「藥補不如食補」。他教我：烹製鳥類不必要痲煩的「燉」，只要簡易的「煲」。要訣是「陰鑊落」三個簡單的字。——不須把鳥肉炒過、拖水等等，釜中加適當的水，投以宰淨的鳥肉，加瘦豬肉或否都好，蓋上然後生火，煮至夠火候，調味食之，易熓又保持原味。法至善也。

此間飲食界競相崇尚花樣之際，說出此等「老土」的話，無非叫大家不要太過走火入魔，在只供「眼食」的花頭上糜費太多金錢，有違「神補」之道。食後「肉痛」終究是損神的。

就別提神補，只從俗說「食補」罷。今日此間若干人士心目中的「補身」，和正式醫學（中醫）上調補、進補、補益的補，也頗不相同。打開天窗說亮話：今日若干人士之所謂補身，實在專指「補腎」；而一般所謂補腎，又實在指的是壯陽。如果單就社會人士對壯陽興趣之濃厚一點來推論，似乎可以獲得此地「嚡佬」特多的答案。這是很有趣的。

每年秋風一起，社會上也同時吹起陣陣進補的風氣。食肆紛紛推出「補品」，强調「食補」的宣傳；製藥商人競相運用頭腦把「食補」化爲「藥補」，廣告中「鞭」影縱橫：「問君想要幾多鞭？製成膏丹丸散送君前！」好不熱鬧。

水滸傳裏有個雙「鞭」呼延灼，算不了甚麼；說唐裏的秦叔寶大戰尉遲恭，三「鞭」換兩鐧，多乎哉？不多也。遠溯到晋代，符堅自誇將廣，投「鞭」可以斷流。這才有意

思！今之製藥商也可謂頗有古風了。

理論根據溯源

提到古風，以「鞭」發財的人們當有所據，而所據又當然不是孔夫子說的：「富而可求，雖執鞭之士，吾亦爲之。」彼「鞭」不同此鞭。以「鞭」爲雄動物性器官的代詞，大概只是近代風氣，以前通常叫「陰莖」。

唐代顯慶四年（六五九）製定的「新修本草」裏，獸禽部卷第十五「獸中」篇，錄有「白馬莖」和「牡狗陰莖」的藥用價值。前者爲雄白馬的性器官，後者爲雄狗的性器官，說的是「莖」和「陰莖」，而不是「鞭」。

內文說：「白馬莖，味鹹、甘，平、無毒。主傷中，脈絕，陰不起；强志益氣，長肌肉，肥健，生子。」「牡狗陰莖，味鹹，平，無毒。主傷中，陰痿不起，令强、熱、大，生子，除女子帶下十二疾。一名狗精。」

同書「獸下」篇又錄有「狐陰莖」的藥用價值，說它「味甘，有毒。主女子絕產，

陰癢，小兒陰頹卵腫。」

「新修本草」又名「唐本草」，所收錄的三「莖」，或者可以看做「以形補形」論的「食補」雛形。到了九百餘年後的明朝萬曆年間，李時珍的「本草綱目」出，不但以「莖」著稱的動物增加了許多，「唐本草」已經錄載的三種也有更深入更細緻的記述。由此可以看出「以形補形」論的抬頭，「食補」的理論根據也更趨穩固了。

千年間「鞭學」大進

「本草綱目」記白馬陰莖作藥用的「修治」方法，十分細緻：

「凡收，當取銀色無病白馬，春月游牝時（按指發情期），力勢正強者，生取，陰乾百日用。用時以銅刀破作七片，將生羊血拌蒸半日，曬乾，以粗布去皮及乾血，剉碎用。」

「主治」之下也詳博得多：「傷中、絕脈。陰不起。强志益氣。長肌肉、肥健。生子。小兒驚癇。益丈夫（按指男人）陰氣。（陰乾，同肉蓯蓉等分爲末，蜜丸梧桐子大。每



■海狗鞭（乾品）。

空心酒下四十丸。日再，百日見效。又主男子陰痿，房中術徧用之。）

引文裏的「陰不起」，「益丈夫陰氣」，「男陰痿」，這些陰字現代多作陽字了。至於「本草綱目」裏記牡狗陰莖，比「唐本草」只多了「治絕陽及婦人陰痿。補精髓」等，增加不到一倍。大概和社會吃狗風氣漸衰有關。「綱目」記狐陰莖，也只增加了「婦人陰脫」一句。

古醫書裏對狐的陰莖別有見解，別種雄性動物的那個部分是「以形補形」的，雄狐的那個部分却是只補婦人與小孩的陰而不助男人的陽。大概爲了狐是陰性動物的「妖獸」吧？

「本草綱目」裏的獸部，錄出陰莖可作藥用的獸類，除已經提過的三種外，還大概有牛（包括水牛、黃牛、烏牛），驢，野馬，狸，山獺，膃肭獸（即海狗）等。「虎鞭」、「鹿鞭」、「猴鞭」、「貂鞭」之類，明代本草皆不載，是後人捧起來的罷？

在可據的記錄中，地位最高的「鞭」是白馬「鞭」，其外腎（睾丸）竟有「龍卵」之稱。名氣最大的却是海狗「鞭」。

貴鞭・名鞭・奇鞭

常聞蛇中有「三蛇」，「鞭」中亦有「三鞭」，海狗「鞭」便是其中翹楚。

海狗稱爲「膃肭獸」，由譯音而來，「綱目」指爲番言，因它出產於「西番突厥國」（今土耳其）。但新羅國（朝鮮）與中國山東瀕近東海的登州、萊州，也有出產。據說海狗「鞭」多假貨，一種試眞假法是拿來放在一隻睡着的狗頭上，眞的，狗會驚醒跳起，亂躍如狂，好一會才安靜下來。如無此種反應便是假貨。

「綱目」錄出炮製海狗腎（鞭）的方法：「用酒浸一日，紙裹，炙香，剉搗。或於銀器中以漢椒樟腦同收，則不壞。」續說：「氣味，鹹。大熱，無毒（一說味甘香美，大溫）。主治，鬼氣，尸疰。夢與鬼交。鬼魅、狐魅。心腹痛，中惡，邪氣。宿血結塊，痃癖羸瘦。治男子宿癥、氣塊。積冷、勞氣。腎精衰損。多色成勞瘦悴。補中，益腎氣，暖腰膝，助陽氣，破癥結，療驚狂癇疾。五勞七傷，陰痿少力，腎虛，背膊勞悶。面黑精冷最良。」

如此說來，海狗鞭的確是善補名物，食療上品，可惜眞貨難求耳。

說到奇「鞭」，應推山獺的性器官。山獺這種動物雖然載於「本草綱目」，但傳說成分頗高。「綱目」的有關資料，乃根據宋代兩位有名詞人筆記——范成大的「虞衡志」和周密的「齊東野語」而來，傳奇性豐富，但經文人刻畫，裏面有些「大話性」也不奇。「綱目」說那兩位作者「不載其（山獺）形狀，亦缺文也。」已經溫和地提出疑問了。

鋼鞭貫樹樹枯獺死

據說，山獺出產在嶺南的宜州和南丹州，傜峒間土人稱之爲「插翹」。那種傢伙的性情，既淫且毒，山上如果有一頭雄插翹，各類雌獸都爲之遠避，因牠不管三七二十一，遇到甚麼「異性」都作爲雌山獺辦，其勢勇不可當，被它見到就殊難倖免。

這樣，雄山獺就常常處於「誰與爲歡」的煎熬狀態下，到了萬不能忍之時就抱着一棵樹以求宣洩，其「鞭」貫樹而入，結果樹枯而獺亦死。土人在山上見到那種動植物連結起來的奇景，就把樹幹鋸下，連山獺一起搬運到山下，賣給漢人，可得善價。

傜女入山樵採，山獺聞到女性氣味會突然出現，追到就躍起死勁抱着，其「鞭」也轉眼間刺骨而入，牢不能脫；受創之女或死或傷，衆女則合力握殺淫獸，宰而取其「鞭」。每根值黃金一兩。

亦有大膽傜女，懷中預先佈置了防禦性的厚木，以闊大的衣裳掩蓋，又預携武器，故意到山上閒蕩，引誘山獺；當牠出現作閃電侵襲，貫木直入時，傜女的武器也閃電而出，演出一宗人獸間「誘奸兇殺割鞭奇案」。

據謂傜峒主對山獺鞭十分珍重，私運出界者死罪，江湖術士用鼠璞猴胎僞造之。辨僞法：使婦人雙掌互擦至熱，捧起乾品來對之呵氣，眞山獺鞭就會躍然振動。因被陰氣所感云。

「綱目」記山獺陰莖：「主治陽虛、陰痿。精寒而淸者，酒磨少許服之。傜人以爲補助要藥」云。

專以「補身」爲重的食譜，不是正宗食譜，因其捨去「適口」這大前提而着重於功利主義。

——一九八一•刋「享受月刋」

吃狗肉乃古風而非蠻風

——引經據典談食犬

並非惡作劇

在犬年大談吃狗肉，好像有些惡作劇，細想又未必然；下一年是豬年，難道大家不吃豬？上一年是雞年，難道大家不吃雞？談歸談，吃歸吃；談者未必吃，吃者未必談，讀者作如是觀可也。

筆者是廣東人，每因外省朋友說起「你們廣東人吃狗肉……」的大驚小怪而感到不快。這話，也許有些同鄉怡然不以爲忤，筆者却因那是「不虞之譽」而覺得受之有愧。

這其間顯然存在着兩種不同觀點：有人以吃狗肉爲蠻風，有人以吃狗肉爲古風。筆者絕對屬於後者，所以也就很有興趣來寫一篇這方面的文字。

犬人·犬牲·羹獻

侈言引經據典也只說着好聽，實在筆者腹中經典有限。第一部搬出來的是禮記，此乃六經之一，所記關於吃狗肉的地方不少。不但吃，還用來祭祀呢。古人敬畏鬼神，祭祀的東西比自己吃的東西重視得多。常聞「三牲之俎」是：牛、羊、豬。誰知還有「狗牲」這回事，並且頂着一個堂皇的名稱，說起來不「犬犬聲」，也不「狗狗聲」，叫做「羹獻」。

曲禮（下）說：「凡祭宗廟之禮，牛曰一元大武……羊曰柔毛，雞曰翰音，犬曰羹獻……」。注解說，養得肥肥嫩嫩的狗，適合做了肉羹來獻祭，所以這樣子稱牠們。

原來周代官制，「秋官」之中有一種官職叫「犬人」，專負責天子的「犬牲」。家畜中準備作祭祀或食用的叫「牲」。

羹獻是狗的「祝號」。司祝祭祀鬼神的時候，鬼神各有尊稱，祭品也各有其祝號，唱起名來才典雅好聽。天稱「皇天」，地稱「后土」；鬼稱「皇祖」、「皇考」；牛稱「一元大武」，狗稱「羹獻」……就是這意思。這樣說起來，上古時狗的地位與羊豬無異，其理不辯而自明了。

禮記敎人宰狗與炮製

禮記是記述周代社會各種生活典範的書，裡面不少地方提到狗，提到的也都在供食方面。例如敎人順時令、應氣候的「月令」一卷，以天子生活作示範，說：孟春、仲春、季春皆宜「食麥與羊」；孟夏、仲夏之月皆宜「食菽與雞」；季夏宜「食稷與牛」；孟秋、仲秋、季秋皆宜「食痲與犬」；冬季的三個月宜「食黍與彘」。那也是說：周代研究食物營養的理論家，認爲秋季三個月最適宜吃狗肉。近代「秋令進補」之說，也許便是這樣從三千年前輾轉傳下來的。

禮記的「內則」一卷，敎婦女持家的部分，說到烹飪方面，各種性畜健康狀況的鑑

別，屠宰後的處理，調味用的配料，都有說到。下面摘出關於狗的部分：

「狗，赤股而躁，臊。」（腿上皮膚出現紅色，與精神緊張而暴躁的狗，肉有異味。）

「狼去腸，狗去腎，貍去正脊……」（宰狼要把腸子拿掉，宰狗要把腎拿掉，宰貍要把脊骨拿掉——都不要吃。）

「……犬羹、雞羹，和糝，不蓼。」（用狗或雞做作料的肉羹，配粗米粉做糝，使湯汁稠濃。不加辣菜調味。）

「……羊宜黍，豕宜稷，犬宜粱……」（肉類和五穀性質的配合，羊肉適宜配黍，豬肉適宜配稷，狗肉適宜配高粱。）

除上面摘記外，「內則」篇章裏還相當詳細地錄下一個「串燒狗肝」的炮製方法，這道菜色的古名叫「肝膋（音聊）」。

這是大串燒不是小串燒。製法：狗肝一副，包以網油（就是那個「膋」字的意思），用味料醃好，然後串起來在火上燂燒至香氣四溢。

樊丞相屠狗出身

有人說：古人吃狗肉的證明不必引到六經，引三字經就夠了。三字經不是有幾句：「馬牛羊，雞犬豕；此六畜，人所食」嗎？

又有人說：「人所食」的食字應該唸「飼」，指飼養而不指吃。——食字唸飼是對的，只要看上面的豕字就知，這兩個字是叶韻的，唸食字的本音就不叶韻。不過，因此解作古人不食狗是不對的；難道雞羊豕都飼而不食嗎？

在古人眼中，畜牲是供食的，沒有太多講究。讀過禮記的人比較少，讀過孟子的人應該不少；孟子說：「雞豚狗彘之畜，無失其時，七十者可以食肉矣。」說得再清楚也沒有。

周人吃狗肉，秦、漢人也吃狗肉。秦、漢時代，市中有專賣狗肉的店子，和豬肉店、羊肉店一般做生意。

據漢書樊噲傳：樊噲未隨劉邦「幹革命」時，在他江蘇的家鄉以屠狗爲事。那是說，

他以屠狗和賣狗肉爲職業。唐代博學之士顏師古注釋這句話，說：當時（秦、漢之際）社會，人們吃狗肉和吃狗肉羊肉一樣；樊噲就是專業屠狗而賣其肉的人。他後來做到丞相呢。

我們在後代看到顏師古的注釋，就知道民間吃狗肉的習慣，到唐代已不普遍，否則他何須特別加以注釋呢？

不登大雅之堂

以狗肉爲正常肉食的習慣，何以會漸漸不普遍？我們不妨略加探討：

第一種可能，唐代國家富强，文化鼎盛，民智提高，看到狗類口不擇食，常吃極爲腐臭的東西，漸漸生出廣泛的討厭心理，自然予以排斥。

第二種可能：魏晋之後經過五胡十六國，胡人入主，大亂中原，把社會上的生活習慣弄得支離破碎。在飲食上，胡人多數是吃羊的民族，當時一定把吃羊的習慣帶到中原來，吃狗之風大受排擠，吃者漸漸少了。

少了，却不是沒有。大概是上流社會對之疏遠了，下流社會仍舊迷戀着那異香和異味。換句話說，此時狗肉成爲不登大雅之堂的食品。但上流社會中仍多「不覊」之士，不肯放棄口福，怡然吃狗肉如故。這種情況，直到如今仍被廣東人牢牢的保守着。

兩個狗肉和尙

宋代民間吃狗肉之風，水滸傳裡魯智深大鬧五台山那一回，有頗詳細的描寫；濟公傳裡也有濟顚僧吃狗肉鬧事情節。後者手頭無書，只記得梗概。

五台山在山西省，濟顚僧在杭州西湖畔靈隱寺出家，在淨慈寺修持。「運木井」等異迹都在淨慈寺。

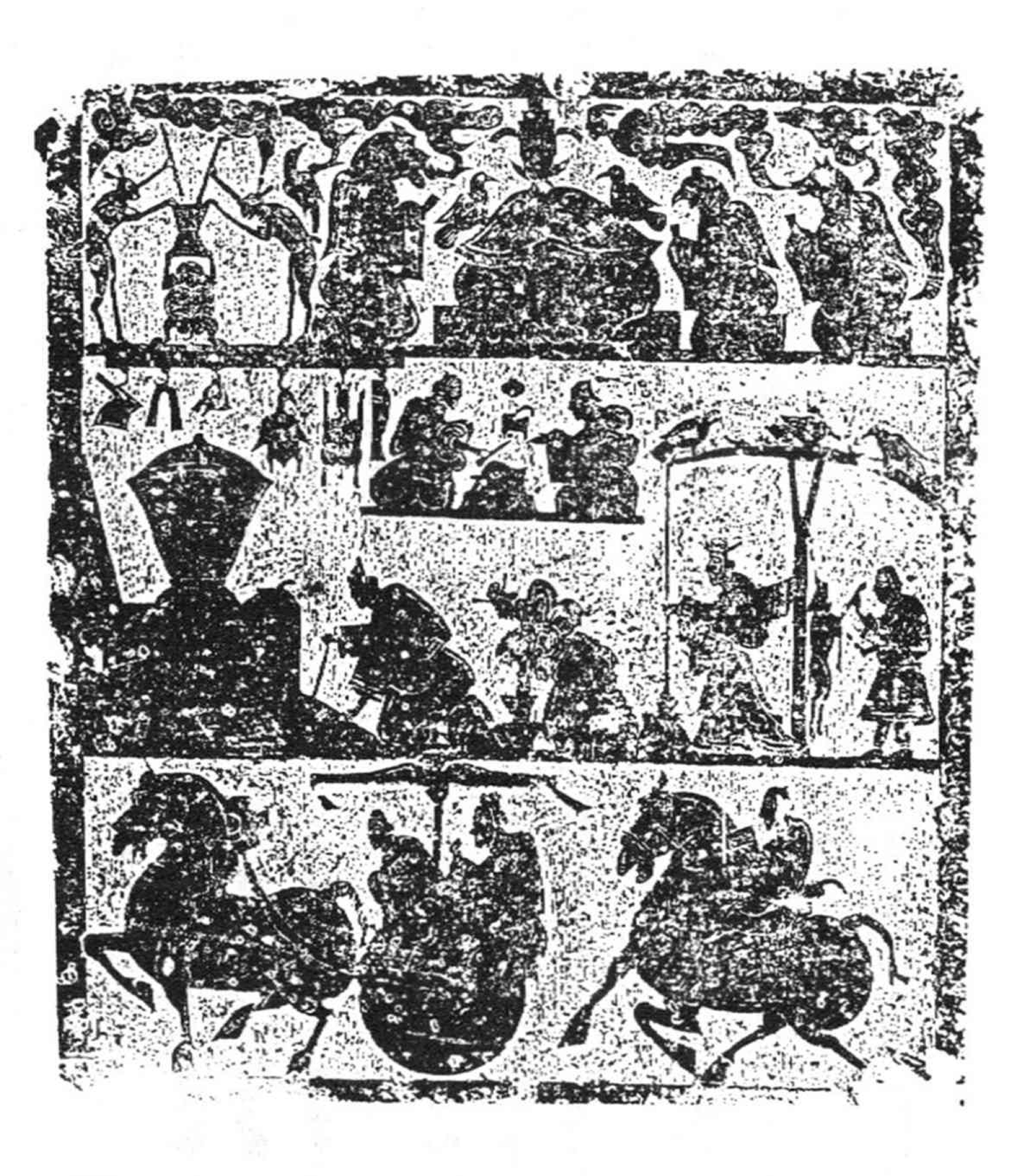
水滸作者施耐菴是元代東都人（今河南），描寫宋代鄰省山西的民間風習，可信程度極高。施耐菴原是刻畫社會上低層人物生活的名家，所寫必有所據。濟顚僧爲宋代高僧，傳者說他佯作顚狂，以便渡世。由於他大吃狗肉的傳說，使我們至少有個宋代杭州市上有狗肉賣的概念。

可是，當我們翻檢幾本相當詳盡記述宋時杭州風物的書，像「武林舊事」，「繁勝錄」，「夢粱錄」，「都城紀勝」等，又似不大發現各書記述食物的篇幅裡提到狗肉。這有幾個可能：第一，各書皆敍南宋時事，可能杭州成了國都之後，一切升了格，不登大雅之堂的狗肉就像今日的某些地方，退爲「地下」食品。第二可能：宋代食品名色裡有許多身份不明的「假」東西，像「假炙鱉棖」，「假淳菜腰子」；又有些「三軟羹」，「三脆羹」等。第三可能：食品有叫「炙犯兒」、「酸犯兒」的，說是「巴兒狗」的別寫亦無不可。

名醫觀點和名士觀點

明代資料，手頭沒有甚麼可引，又不想巴巴的去搜羅，因不打算寫考據式文章。現只轉錄「本草綱目」中李時珍的話。

狗，叩也，吠聲有節如叩物也……卷尾有懸蹄者爲犬……齊人名地羊，俗又諱之，以龍稱狗，有烏龍、白龍之號。……狗類甚多，其用有三：田犬長喙喜獵，



■漢時畫像石之一。中格爲烹飪圖：左有灶與甑；中上爲宰魚；中右爲汲水；最右爲屠吊起之狗。

吠犬短喙善守，食犬體肥供饌。凡本草所用，皆食犬也。

李時珍這樣說，明人食狗肉與否的問題已得到解答。李時珍是當時的醫學和藥物學大家，他以醫者的觀點分析狗肉對人身體影響的一番客觀說話，值得重視。他說：

（人的）脾胃屬土，喜暖惡寒。犬（肉）性溫暖，能治脾胃虛寒之疾。脾胃溫和，而腰腎受廕矣。若素常氣壯多水之人，則宜忌之！

說到清代，有位吃狗肉吃到逸事騰播藝林的詩人書畫家鄭板橋。他墮入人家「狗肉局」中，糊裡糊塗寫了書畫，還題了款，送給平時不願送的滿身俗氣的鹽商甄小泉。此事載於「夜雨秋燈錄」和「清朝野史大觀」。有人以爲未必有事實根據，但這裡可以提一點旁證：

鄭板橋家書，他的全集所收有限；有人另輯單行本，其中一封信裡有這樣幾句：

近來……目光昏蒙愈甚，諒由春日肝旺，並多食狗肉與高粱，水氣太重，目光容易模糊……

據鄭板橋「多食狗肉」的自白，表示不是偶然一嘗；又據「春日肝旺」之句，他之

食狗肉也不限於秋冬天。按：鄭爲「揚州八怪」中之出名怪的，脾氣壞，愛酒後罵人，好色（句括男色女色，他常常如此自白，毫不諱言）。這都說明他屬於李時珍所謂「素常氣壯多火之人」，應該忌食狗肉；但他非但不忌，反而多吃，還以烈性的高粱酒佐之，那是極端不足爲訓的。筆者上文分析嗜狗者品流時說：「上流社會中仍多不羈之士，不肯放棄口福，怡然吃狗肉如故。」鄭板橋就是這些人物的代表。他是杭州興化人，却久住揚州。

資料找到清宮檔案

筆者找尋清代人吃狗肉的資料，最有趣的，是找到禁宮裡御膳房也供應狗肉的證據。吃狗肉的皇帝還是清代最著名的——乾隆。以下是清宮檔案中的一張「御膳單」（局部）：

乾隆五十一年正月初七日未初二刻，養心殿進晚膳。用照常膳桌擺——

燕窩冬笋肥雞熱鍋一品

山藥酒燉鴨子熱鍋一品
後送冬笋炒肉一品
蒸肥雞燒狗肉攢盤一品
……（以下十一品略）

按：乾隆五十一年，爲公元一七八六年，距今約二百年。值得注意的是：是日（正月初七）非尋常日子，乃是「人日」；這一頓又是晚膳。那位「十全老人」乾隆皇享用的十五品（內有饅頭、花饈、麵糕、包子、糯米飯，各算一品；還有一種不知甚麼的「額思克森」。除此之外，菜色只九品而已）御饌裡，竟有一品是蒸雞和燒狗肉的拼盤（攢盤）。這是有檔案記錄的千眞萬確事實。

綜而觀之，古來和狗肉發生關涉的名地都不在廣東，吃狗肉的名人也沒有一位是粵人，連近代著名「狗肉將軍」張宗昌也不是。然而今之提起吃狗肉者必稱粵人，這項「光榮」叫我們廣東佬怎麼受得起？

——一九八二•刊「飲食世界」

嶺表大儒朱九江與禾蟲

混合了美麗和可怕

秋色宜人，提起筆來，忽然想到一種合時之外還加上道地的「名菜」。這種「名菜」很有趣，對它看法有古今中外的不同角度。今日的香港不但擯了它出大雅之堂，還把它逐出行政範圍之外。所以許多年輕香港人從未見過那些外觀上混合了美麗與可怕的奇物——禾蟲。

一事令人津津樂道

爲了急於提高禾蟲身份，要趕快介紹一封淸代嶺表大儒朱次琦（九江先生）的家信，

却又不得不先事介紹一下九江先生：

正如宋時海內一致稱新會白沙鄉大儒陳獻章爲白沙先生，簡稱陳白沙；南海九江鄉的九江先生也一直被稱朱九江。先生生於嘉慶十二年（一八〇七）。現在只介紹其生平最爲人津津樂道的一件事：

先生四十一歲以貢士身份上京應殿試時，才名已遍傳遠近，有識者多認定爲一甲（狀元、榜眼、探花）人物。入場後，先生文思甚暢，但日晷方斜，監考官就開始催促，說要收卷了；當下未完卷者紛紛長揖求緩，先生認爲如此屈節，有損士之尊嚴，即將未完之卷呈交而出。在京已躋高位的粵人聞訊深表惋惜，設法令先生有機會完成該卷，他決不同意。結果考取三甲（所謂同進士出身。低於「進士出身」之二甲）的第一百十四名。

筆者保留着一份九江先生殿試卷原度影印本。全卷九十六行，已經寫了八十五行半，就算寫到卷末也只差十行半（每行廿二字）而已，何況善於屬文者都有一套以數語煞住的本領，可見當日先生只不屑爲之，非不能也。卷中輟筆處爲：「駿發開其遠祥，保定

固其……」差兩字方成句讀，可以想見當時先生拂袖而去之「廣東精神」表現。此事略道者多，詳言者少，在此敷陳，以見廣東除鑊氣外的另一種「氣」。

九江先生考取進士後，宦遊山西省數年，終以不慣仕途，五十歲就辭官回粵，設館授徒至高齡，七十五歲逝世。門人紹其學者有順德簡竹居先生。晚年居港甚久之精研太平天國史學者簡又文先生，則其再傳弟子也。南海康有爲亦九江先生弟子。

禾蟲、生冷、果子、炒米

於是說到那封信。

九江先生那封信，以極有姿致的行書寫成，恐製版後看不清楚，謄錄如下：

付還錢二百文，是交亞四買禾蟲同亞公食的。分多次買可也。恐亞四無捨得錢，故交回。又付錢一百一十文，此錢交老奶家五十文，佐乾五伯母家卌文，俊乾六伯母家卌文，俱交他們買禾蟲的。另我家買得禾蟲，製好送些與亞婆便是。亞玲好得照舊否？仍要戒口，勿亂食生冷東西（此女好食果子，故戒之）！我因近日朋友齊

回，要趕講書及講文章詩賦，館課文章又多，今日雖課期，不能回。付來之炒米太韌，要換過；現下若未有好的，亞杏後日回取可也。

父諭瑤女讀。九月初一日午刻。

此信是九江先生寫給女兒的。他五十歲回粵，初在省城設館，不久就移硯回里。所以，信是他五十歲那年（一八五六）所寫，回鄉後就不必寫這樣的信了。

從信中獲悉，九江先生此次共寄給女兒制錢三百一十枚，一一指定分配給某人、某家，用途皆指定買禾蟲食。看到信裏殷殷囑咐，可見態度之鄭重。我們只要從寫信人的身份、學養、年齡着眼，透過這封充滿人情味的短信，就可約略衡量到當時社會對吃禾蟲這事的重視，過於今日我們對大閘蟹多矣。

制錢就是圓邊方孔的銅錢，當時貨幣的單位，一枚叫一文。按規定：制錢十文換一銅元（仙士），銅元十餘枚換白銀一毫（重七分二釐）。當時（咸豐六年）或未鑄有單毫、雙毫，則白銀分量以釐戥稱之。那時候一百錢可以買到不少東西，否則寄的錢不會出現十枚那樣零數。

屈大均說禾蟲

此刻讓早生九江先生一百七十餘年的博學詩人番禺屈大均把禾蟲正面介紹一番（據廣東新語的蟲語）：

禾蟲是稻根所化的，所以黃色，由於暑天的雨落在禾間，蒸鬱而生。大的禾蟲筷箸般闊，長至盈丈，每節有口，生時青色，長大成熟時紅或黃色。每年霜降節前禾熟時，禾蟲亦熟，乘着初一初二或十五十六的大潮水，一節節斷開來，浮游田上，可用網撈捕之。把它盛在器中，倒點醋下去，蟲身自動爆出白漿，用白米（泔）濾過，蒸起來凝結如膏，食之甘美，裨益身體，因其含有稻之精華也。至於醃製爲脯爲醬，那是窮人吃的。

——屈書「稻根所化」之說，當不足信，此外敍述得相當詳盡。說到調製過程，用白米泔濾過；疑泔字爲贅文。泔爲洗米水，怎能濾禾蟲漿？用白米作「砂」，以砂濾法把蟲的皮和嘴濾去，取得純漿然後蒸之，那就合理。那樣應該好吃得多。有益的話倒可

以相信，看到就知其蛋白質非常多；又聽說禾蟲乾（就是脯之一種）可治脚氣病，則知至少含有豐富的維他命乙。

九江先生九月初一寄錢，初二到鄉，正禾蟲大造之時也。

粤諺中的禾蟲

珠江三角洲民間有幾句俗語，與禾蟲有關，部分至今仍在流行。從這角度看來，也可以看到禾蟲與大衆關係之深與廣。

一、「斷㰁禾蟲」。概指斷斷續續的事物。

二、「禾蟲滾花」。粤曲調門之一，爲「滾花」之變腔，意義由「斷㰁禾蟲」引伸而來。

三、「天紅紅，賣禾蟲。」測候性的兒歌，通常接着「天白白，賣蘿蔔；天烏烏，賣茨菇」等句。

四、「夫死夫還在，禾蟲過造恨唔翻。」婦女極度誇張食禾蟲重要的戲言也。意謂丈

夫死了乃等閒之事，再嫁又有丈夫了；但禾蟲過了造則將永遠失去一造禾蟲的口福。

五、「燉禾蟲」。這是一句過了時的隱語，筆者孩子時聽人說到，亦看過當時廣州報紙副刊裏附會的解釋。當時廣州有種瞽妓，召之的隱語就是「燉禾蟲」。如今不必說肉麻的所謂解釋，眞意一想即明，無非指「價廉味高」耳。這自屬嗜痂者之言，亦猶言「牛雜」代表抵食之意。

談禾蟲談到如此倒胃口之事，罪過罪過！

——一九八〇・刊「飲食世界」

廣東奇食之蠶蛹眞貌

清季嶺表名儒朱九江（次琦）先生，當然不是一位美食家；上篇提過他，現在還要在此提他。這也像蘇東坡不專究飲食而常被牽人飲食話題。事以人傳，此之謂也。

暫時把九江先生按下，先要乘着上篇談論禾蟲的餘勢，把另一種廣東奇食綜合說說，順便廓清一下港人對此物漸次形成的好些似是而非觀念。這「奇食」便是蠶蛹。

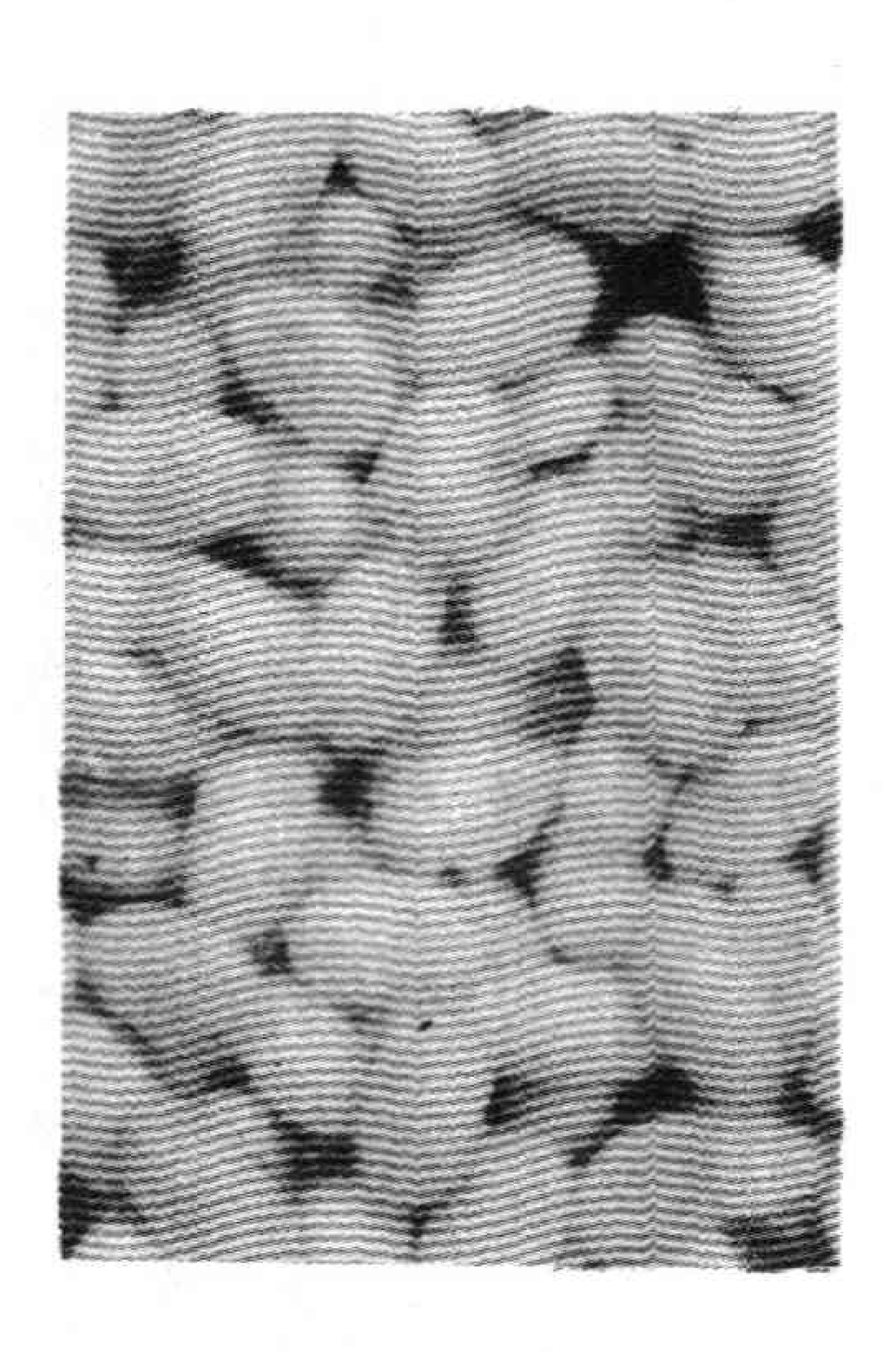
此間有人强調蠶蛹味美，也有人强調蠶蛹的補益作用，其中都不無誇張成分。也許說味美者自己偏嗜於此；也許說補益者把蠶蛾功用「分惠」了給蠶蛹，所謂推屋烏之愛，那也不必深究。筆者只談自己所知的蠶蛹便了。江浙人亦育蠶，他們如何對待蠶蛹？則爲我所不知。

處於被消滅階段

却說蠶蛹是蠶之一生四個階段中的一個。那四個階段是：卵、幼蟲、蛹、成蟲。動物學上稱此四階段爲昆蟲的「完全變態」（不歷遍四階段者稱「不完全變態」）。蠶兒自孵化到成熟吐絲時期，都是「幼蟲」階段；及至蛻變成負責繁衍後代的蠶蛾，才是「成蟲」階段；而幼蟲與成蟲的過渡時期，就是「蛹」了。

蠶蛹在人們把繭繅成絲的過程中出現。蠶農對蠶兒成熟後吐絲結成繭的處理，總是把結滿繭的蠶箔（簇）架作長列，外面覆蓋厚被，下面佈置熾炭，經過一宵，把繭裡變了蛹的蠶完全殺死，民間稱此爲炕繭。若不作此處理，幾天內蠶兒在繭裡先化爲蛹，再化爲蛾，便會咬破了繭鑽出來尋找異性，趕着在短促生命中完成傳種大任。這樣，咬穿的繭便成廢物，不能繅絲了。

絕大部分做了魚糧



■銀白色的蠶繭。

■金黃色的蠶蛹。

繅絲有大規模小規模之分，大者在工廠（稱絲廠或「火偈」）完成，小者在自設脚踏式繅絲工具（稱踩偈）下完成。前者僱請女工動以千計（指半世紀前廣東絲業鼎盛時期），每天清出來的「副產品」蠶蛹有數十籮，通常每年由耕塘者投得作飼魚之用；後者絕大部分也倒進自己塘裡餵魚，人是不常吃的。

一般塘魚中，鯇魚最愛吃蠶蛹。從前鄉間有「蠶蛹鯇」和「草鯇」的叫法，以蠶蛹爲主食者魚肉有微微異味，不及吃草長大者淸香。一方面固然爲了蠶蛹有它特殊的氣味，另一方面亦由於絲廠的蠶蛹積壓成籮，又須擱置一段時間，始到達投得者手上，發出異味是免不了的。

兩項吃法三個類型

最有意思的吃蠶蛹環境，是當自己家裡開了幾架「踩偈」，請了幾個女工繅繭，自己閒立爐邊，一面和繅繭者（多數是遠親近鄰）閒談，一面看着熱水盤裡十個八個繭翻滾滾被抽去層層的絲；殆絲盡蛹出，女工的竹筷閃電把它夾起擲進盤邊蠶蛹缽裡，自

己看到合意才檢起一顆放入口中……

寫到這裏，該可以介紹九江先生一首詩：

村姑手爪軟繅絲，
新蛹香黃上餼宜。
更是擊鮮滋味好，
鰣魚賣趁苦瓜時。

詩中首句的軟字很入神。從前村中女童學繅繭，第一步就勤練巧妙的運用腕力，如何透過兩根竹筷來操縱一根根比頭髮還細得多的蠶絲。第二句詩的「香黃上餼」又須略加注解：

原來蠶蛹通常有三個不同類型，第一類白色，蟲形。這是未完全變蛹的，柔韌，甘中帶甜。第二類已經變成蛹，金黃色，欖形而扁，因殺蛹時烘乾了大部分水質。味甘。第三類是未經火力殺蛹手續，剛在熱水盤裡泡死的，形狀如附圖所見，賬鼓鼓地，放到口中一咬，「噗」的一聲水漿四溢，談不上滋味。

朱詩形容爲「香黃」，當屬中間一種。至說「上饌」則是另一種吃法：取鉢中蠶蛹傾鑊內加熱，以竹筷攪翻，有些尙帶餘絲的蛹，絲緒便糾結一起，蛹亦紛紛跌出，同時所含水氣也漸漸散去。到適當時期把蛹盛起，然後調和各味，以油炒之。加辣椒絲，韮菜段，滿盤捧出，黃的金黃，紅的猩紅，綠的碧綠，拿湯匙大匙舀着吃，未入口已香透鼻官，「上饌宜」，說得不錯。

蠶蛹和瘋狗症

上述兩種吃蠶蛹的形式，筆者喜歡前一種，吃的是情調。須知炭爐燒着一大盤水，浮着滿盤湯糰似的繭，一種數者交織的氣味隨熱氣散出，很好聞。蘇東坡在徐州作的幾首充滿鄉村風味的「浣溪沙」詞，就有「誰家煮繭一村香」之句。但不知他可曾吃過蠶蛹?

九江先生詩,後面兩句提到鯆魚與苦瓜一起上市,正是夏季應時佳饌。吾鄉兒歌云：「豬肝菩達製三黎。」菩達就是苦瓜，而三黎則鯆魚也。

總之蠶蛹乃養蠶家的賤物。新鮮者偶一食之尚無不可，非經常性食品也。說到藥用方面，本草綱目在蠶蛹的「主治」下載着：

「炒食，治風及勞瘦。研傅瘑瘡惡瘡。爲末飲服，治小兒疳瘦。長肌，退熱，除疣蟲。煎汁飲，止清渴。」

此外又錄下孫思邈一句話：被狂犬咬過的人終身忌食蠶蛹，否則復發，難以挽救。在港粵地區這倒是句應時話。綜合其功能看來，大概蠶蛹含蛋白質相當豐富，兼有殺蟲作用。

——一九八〇・刊「飲食世界」

鄉土篇



■ 美其名曰龍鬚菜。

廣東名饌甲天下

鉅公大臣談食經

中國領導人鄧小平和英國首相戴卓爾夫人在北京商談大事，拿食經做寒喧話題。這是飲食界樂聞的一項紀錄。在這歷史性的小鏡頭上，川菜固然大大露了一次臉，粵菜則隱隱然獲得了「萬菜之上」的地位，先見品題於北京，繼見揄揚於上海；而敝邑之鳳城烹飪，在粵菜中的特殊造詣又被人充分認識。這都是美事，應該予以分別指出，俾衆周知。

京菜・川菜・粵菜

近閱一篇記述北京名饌的文章「潘魚及其他」，裏面有句「廣東人也考究烹飪」。這是個未踏出北京一步的人口吻，他所知的廣東菜，只是：「燕京大學東門外成府有一個滿族人常開三的館子長順和，會做一個廣東鷄，那是廣東籍的女學生盧惠卿傳授給他的。」那就難怪他說廣東人「也」考究烹飪了。

反觀鄧公與戴夫人之談，鄧公提到四川就高興地談起四川菜，順口拉了粵菜做陪襯；這像京劇名角演出，情商一位名氣和自己一般大，或者比自己大的角兒屈充第二主角，和自己合演（俗稱跨刀）。在鄧看來，粵菜當然不及家鄉（川）菜，但他環顧國內，有資格爲川菜「跨刀」者，唯粵菜而已！戴夫人當時提到蘇州菜，表示喜歡；鄧公笑謂：「以遊客來說，總是到那裏說那裏的菜好。」輕輕把蘇州菜拂開。

然而他們當時在北京，對本地菜提也不提，似乎連「到那裏說那裏的菜好」條件也夠不上，這些話給那位寫「廣東人也考究烹飪」的人聽到，不知作何感想。

至於說，粵菜如果在國內高居「萬菜之上」，又是否在「一菜（川）之下」呢？這問題未宜深究，反正大家心裏有數便了。

鳳城廚藝甲廣東

於是說到上海。

戴夫人在上海赴過兩場大宴，一場官式，主人爲當地市長；一場非官式，主人爲經營船業的包爵士。讓我們看看這兩張菜單：

官式宴的「鷄茸魚翅」，「鴛鴦明蝦球」，和「原盅冬菇」，都頗有粵菜意味；那「水晶南瓜稻草鷄」決非粵菜，筆者見聞不廣，只道南瓜上席唯潮州菜（甜食）有之，這個稻草鷄聽也不曾聽過；至於「蟹粉菜心」，卻是標準的上海菜；「錦江烤鴨」卻大有川腔京朝大角之可能。單尾有個鄭重注明出自粵式酒家的中秋月餅。

從前上海菜館，當然有許多「老正興」（滬菜）和「狀元樓」（寧波菜）；平津菜、四川菜的館子也不少，級數卻都不及幾家大的粵菜酒家。那麼，今日官式大宴裏有些粵菜踪跡，當非意外。

包爵士請客的一頓，根本就是粵菜，主菜是：「清湯官燕安仁蛋」，「金華鳳翅」、

「滑炒蝦仁」、「焗蟹斗」；有個「冰燈冰羹」，大概是甜品了。

報導新聞的香港記者描寫這頓每位代價伸值港幣三百餘元的午宴，特別介紹了七十八歲的主廚——廣東順德大艮人蕭艮初，並說這位老師傅已經半退休，平日以傳授廚藝爲主要工作，有重大宴會才應邀出來一展身手。

由此我們知道：我們的鳳城廚藝，不但在全國最大最繁盛的大都市中，獲得其應有的崇高地位，並且正在那裏開宗立派，擴展了無數人的「口界」，使更多人知道廣東有個順德縣，順德有個大艮城。

鳳城與鳳城食譜

大艮城號稱鳳城。這個「號」的得來，有人說，由於大艮有個鳳崗。那是可以推究一番的：是先有鳳崗之稱，然後產生鳳城之號呢？還是先有鳳城之號，然後城中之岡稱爲鳳岡呢？手頭缺乏可以作證的書，難下定論。筆者卻另有一個猜測：

據「山海經，海內經」：「東海之內，北海之隅……有鸞鳥自歌，鳳鳥自舞。鳳鳥

首文曰德，翼文曰順，膺文曰仁，背文曰義。見則天下和。」——這是說到鳳鳥身上的文彩，在不同部位中顯現了「德、順、仁、義」幾個字。

又據「帝王世紀」：「黃帝服齋於宮中……乃有大鳥、鷄頭、燕喙、龜頸、龍形、麟翼、魚尾、其狀如鶴；體備五色，三文成字：首文曰順德，背文曰信義，膺文曰仁智……」

——這裏說的鳳鳥，身上文彩和山海經說的有所不同：山海經說「德」字紋生在鳳頭，「順」字紋生在鳳翼；這裏則說「順德」兩字紋都生在鳳頭。

據那古老記載：鳳的頭上有「順德」兩個字，於是順德的縣城以「鳳城」爲號。竊以爲這樣推測相當合理。

說到鳳城怎樣會以烹飪出名？此乃經濟條件造成。舊日順德是粵中富庶之區，縣人多以栽桑養蠶爲業，境內開了許多大繅絲廠，當時經營絲業差不多便是致富之途。

順德縣城大良，許多富戶就是經營絲業起家的，他們或開絲廠，或開絲莊（把絲加工轉賣給出口洋行）；利潤厚而不必花甚麼精神去打理，因爲生意很穩，好比開了一口

井就可以長期汲水；那時就算絲廠女工也有很好的收入，何況老板和高級職員呢。在這情形之下，大良（鳳城）富戶養成了講究生活享受的風氣，精研食譜只屬其中一項。

所以，「鳳城食譜」不是無緣無故地孤立發展起來的。大良人對住屋的講究，目前還存在一所廣東四大名園之一的「清暉園」，可以做這方面的代表；對衣着方面，大良闊少（通稱某官，像已成傳奇人物的斗官），比省城的西關闊少並無遜色；玩的方面更有特出表現，撚花、玩雀、養金魚都認眞投入，每年假縣學宮作三天「金魚會」（金魚展覽及比賽），繼元宵「花燈會」、「魚燈會」後舉行；那些活動的規模和出品的質素，今日省市級者亦爲之望塵不及。

鳳城食譜之特色，在於「精研」兩字。就算一道家常菜，大良人也千方百計加以再三改進；食譜的發明擴充，像大家知道的「炒牛奶」，「釀芽菜」，和筆者下篇介紹的「龍鬚翠映玉連環」（南瓜藤嫩芽炒田鷄扣大魚卜）等等，都是大良人搜盡不枯之腸想出來的。

貴夫人一課長途食經

話又說回來，這回戴夫人遠臨中土，對領略我們馳名世界的飲食文化方面，從北京巨公口中，先聽到與川菜相提並論的粵菜；到了大都市上海，吃過一頓饒有粵風的滬菜和一頓鳳城名饌；再到嶺南名都廣州，又吃一頓帶了客家風味（第一道菜爲東江鹽焗鷄）的官式午宴；後來在香港的幾天裏，不用說吃粵菜機會更多。料想她下次與人談論中國食譜時，再也不想提到蘇州菜的了。

——一九八二•刊「飲食世界」

春蔬魁首說龍鬚

尖絕人寰龍鬚菜

月前到昂平寶蓮寺玩了兩天，吃了幾頓好齋，還拍到一幅做談食小文插圖的照片，本文附圖就是。

早已想拍一幅南瓜「蕻」照片，總是未得其便；那天看到寶蓮寺花圃間有株南瓜，葉碧花金，嫩芽壯碩，恰巧相機在手，就請人幫忙扶起她「嬌無力」的腰肢，給她影了幅快相，希望在黑白圖中仍可見其三分嬌態。

不錯，本文中的「春蔬」就指南瓜嫩芽而言，可不完全像圖中見到的，附圖不過示範而已。正式派用場的南瓜嫩芽，是下種後初苗的幼苗，粗、壯、鮮、嫩，絕對不曾開

出花來；待其長得嫣嫣婷婷，高纔呎許，那就合用了，剪下它七八寸最嫩的「蘧」，鳳城人稱爲龍鬚菜。

鳳城爲順德大良別名，以精研美食著稱，上篇已有介紹。筆者順德人，却非鳳城籍，雖然到過多次大良，對這種「尖絕人寰」的翡翠龍鬚也未之前聞，遑論嘗試了；約十年前在香港某報編「婦女版」，報館老總化名爲寫袖珍食譜——他的家世是標準的大良望族，所寫款款皆鳳城名饌，然而還不曾寫到龍鬚菜，只在談話中提過一兩次而已。此次筆者予以寫出之前，亦曾兩度致電叩詢，恐失實也。

那位老總當然稱得上食家；據他說，平生吃過的南北中外名蔬中，毫無考慮應推番瓜蘧爲首席。「番瓜」，就是南、番、順等邑對南瓜的叫法。

古怪得大超常理

農諺云：「二月二，香瓜茄子齊下地。」寫本文時正是種瓜時節。不過，農諺中的播種日期，當據正常收穫原則而定，所謂種瓜得瓜，本屬萬世不易之理；說到要「種瓜

得薳」，刁鑽古怪得大超常理之外，應該不受農諺太多束縛，只要土地肥沃，灌溉以時，大概年中除冬季外都可以種。食家要種些來自奉，幾方尺隙地就足以種十株八株一畦；有三四畦土地，先後輪轉，可以相隔不久就大快朶頤一次了。

南瓜嫩芽之美，是看上去青翠欲滴，吃起來甜中帶清，焓中帶爽，柔嫩如酥，卓然獨具風格。烹調上獨宜於炒，配料以清爽不黏膩者爲佳，必如此乃可相得益彰；若必混之爲羹，或汚之以醬，則未免唐突西施，大煞風景了。

下面舉兩個例：

龍鬚翠映玉連環

第一例，筆者要勉强杜撰一個菜名，因聽來的時候是沒有名稱的。就稱之爲「龍鬚翠映玉連環」罷。這道菜一共三樣東西，三樣都不算矜貴，只是刁鑽古怪，如果照實寫出來，該是「番瓜薳炒田鷄扣大魚卜」，「扣」者胃也，「卜」者鰾也；如此不倫不類而囉裡囉唆，毫無精饌派頭，但此菜實在可稱精饌。今取瓜芽之青翠，與田鷄扣、大魚

卜之潔白爲主題，以白玉連環象徵後二者。不管如何，菜名算是成立了。

田鷄扣不須解釋，不但爽，且甚鮮美，可向田鷄檔收集，當以大者爲佳；魚卜以「大魚」（鯆、鰱）之大者爲美，鯇魚也可以（鹹水魚卜不入選），用時只要內層。

處理方法：剪下茁壯的南瓜嫩芽數寸，去葉，數株可供一篕之用。先在蝦眼水拖過，撕去外皮，此時嫩芽碧綠通透，墜地將必破碎不堪，以上湯煨後與「玉連環」同炒。這幾樣東西炒起來極考火候工夫，那薄薄一層的魚卜，如何使它們熟而不老？那嫩芽太熟會爛，甚至融化到「有色無相」田地。這些學問，筆者連紙上談兵的資格都不夠，只能傳其大略而已。

這樣一道菜炒了出來，就算火候恰到好處，仍未到十全境界；藥有「藥引」，菜也該有「菜引」的，孔子「不得其醬不食」，也無非表示注重適合的「菜引」而已。說到這「龍鬚菜映玉連環」的菜引，很簡單，只是一小撮大地魚末。

大地魚又名左口魚（乾品），肉末有殊香，冶味非常，却必須自製：取魚乾在炭火上反覆焙透（以不焦爲度），除去皮骨，此時魚肉已經酥脆，輾成粉末就是大地魚末了。

撒一撮在菜中，拌勻然後舉箸，可使值一百分的一道菜增爲一百二十分。

鬚繞羅裙

再舉一例：此例筆者以前曾於享受月刊談「葷粉皮」時提過。「葷粉皮」是淸代江南食家烹製甲魚（水魚）裙的一個名堂，吾邑之鳳城食家以「龍鬚菜」配山瑞裙，構想比前代江南食家更進一步。如今一併爲此菜杜撰一個名稱，叫「玉龍鬚繞皂羅裙」，也頗使得。

不論水魚裙或山瑞裙，特點都與上述淸爽而不黏膩的原則符合，故適宜與南瓜嫩芽作配。山瑞裙的處理容易，滾水去衣，先以薑汁酒炒過；炮製過程可加幾片冬筍，最後仍仗大地魚末，以竟全功。

食譜新頁

南瓜爲瓜中粗品，非席上之珍；潮州食譜採爲甜菜品種之一，以豬油白糖煮透瓜片，

配以糖芋乃、糖白果，偶亦見於大雅之堂。

南瓜甜而寡味，喜愛者不多；潮人「以毒攻毒」，逕以糖「制」其甜，又以豬油為其添香，以芋頭銀杏破其單調，本是「吳下阿蒙」，也就相應改觀了。

「本草綱目」說，南瓜味如山藥，最好用豬肉煮食，亦可以蜜煎。然則潮人製為甜菜，也許是淵源有自的。

以精博著稱的「植物名實圖考」，記述南瓜也沒有什麼資料，大半引自「本草綱目」，而附加了幾句有趣的話：

按：南瓜向無入藥用者。近時治鴉片癮，用南瓜、白糖、燒酒煮服，可以斷癮云。

按：「圖考」刻於清道光二十八年（一八四八），正是鴉片戰爭後第九年，林則徐死前兩年。那時戒鴉片煙是社會上的熱門話題。吃南瓜糖（加燒酒）可以戒鴉片，倒是食譜上的新頁哩。

——一九八二•刊「飲食世界」

從「魚生」談到「蕁鱸」（上篇）

魚生狗肉不請自來

廣東有句俗語：「冬至魚生夏至狗」。又有一句：「夏至狗，冇定（地方）走」。俗語好像記錄着，民間以往有冬至日吃魚生，夏至日吃狗肉的習慣。可是也有人說俗語裏的至字乃止字之誤，眞正意義是：冬季該停止吃魚生，夏季該停止吃狗。意味着違反則對身體有損害。

不過，同時亦有人以五行陰陽之「理」去解釋那句俗話：冬至一陽生，故宜進食陰冷的魚生；夏至一陰生，故宜進食溫燥的狗肉，庶可產生調和作用。

魚生和狗肉，在此地遭排斥於正統食譜之外，却實在是保存於廣東民間的古代飲食習慣。諺云：「魚生狗肉，不請自來。」在在顯出二者的同等地位。如今按下狗肉，且說魚生。

巋然獨存之膾

「魚生」，按理該說「生魚」。這種倒裝詞彙是粵語特色之一，這且不提。古代對這類食譜稱做「膾」（亦作魚旁，爲魚膾之專用字）。

今日中國人的飲食習慣，除粵人吃生魚，杭人吃生蝦外，其他肉類殊少生吃（潮人之鹹蟹與滬人之醉蟹，分別用鹽酒等醃漬過，屬於另一系統），古人吃「膾」則包括各種肉類，魚膾只屬其一而已。常言「膾炙人口」，「膾」是食譜中一個統屬，「炙」是另一統屬。

論語記孔子的生活習慣，有「膾不厭細」之句。註疏說：

「牛與羊魚之腥，聶而切之，爲膾。」

以上解釋，亦見禮記「少儀」篇。腥是生肉的意思，聶（音摺，與姓聶之聶音異）乃薄切也。

社會上飲食習慣的演變過程，大概是文明愈發達，則吃生肉的習慣愈少遺留。所以，中國到了唐宋時代，吃牛膾羊膾的記載殊少，魚膾則巋然獨存，還被文人們多方美化，漸漸形成具詩意食品的特殊地位。

順筆談菰菜

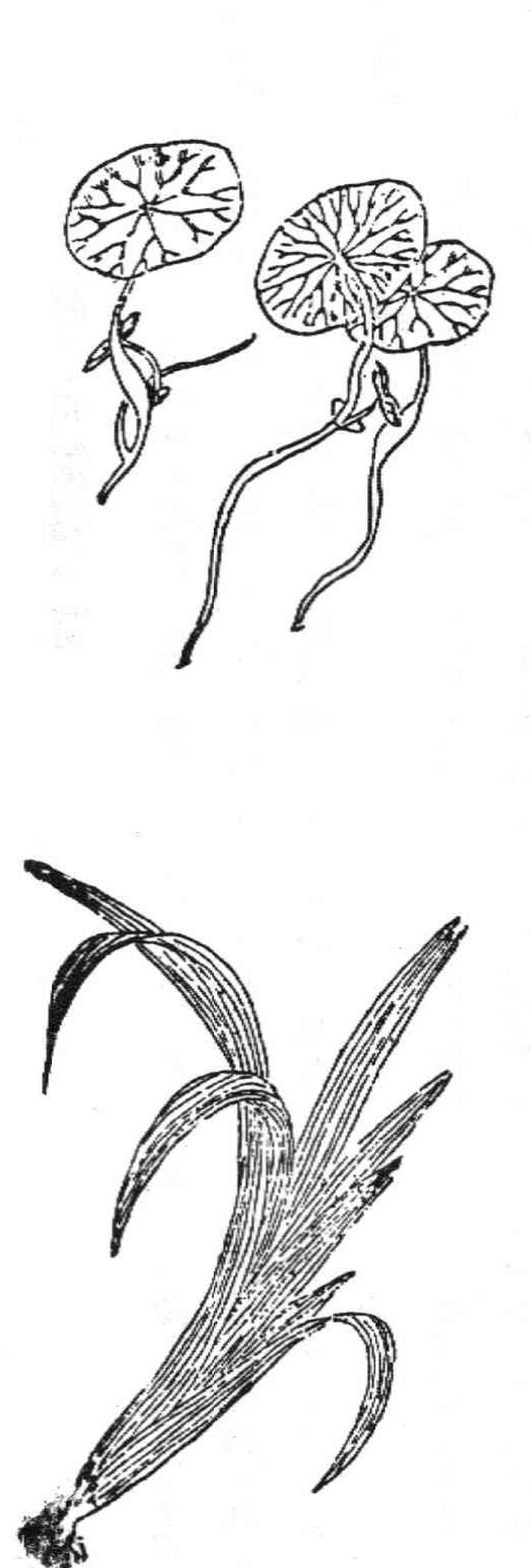
歷史上第一個把魚膾地位提高，並賦予它以濃郁詩意的人，是晉代的張翰。

張翰是蘇州人，晉書稱他有才而能文，齊王冏徵召他做大司馬東曹掾之官。翰任內頗苦於拘束，及秋，想起故鄉名產蓴菜羹、鱸魚膾的風味，說：「人生貴適意，離鄉背井跑到幾千里外去追求榮祿，有甚麼意思呢！」於是辭官而歸，聲言回去吃蓴羹鱸膾。

其實，張翰在一千五百年前大發其懷鄉病時，還提到菰菜，後人爲了便爲援引，只說「蓴鱸之思」；若說「菰蓴鱸之思」，在文句組織的習慣上就有點煞費安排，菰菜就

此被擯出局而不能隨此故事而揚名千古，物亦如人之有幸有不幸呢。

「菰菜」與北菰磨菰（粵中習慣俱作姑）等無關，實在就是茭筍（茭白）。本草綱目著者李時珍說：「南方呼菰爲茭」。杜甫詩云：「波漂菰米沈雲黑，露冷蓮房墜粉紅。」上句指此。原來茭白子可以舂白當米煮吃，稱爲菰米。荒年自有人如此採食。本



■蓴菜（蒓）。

■菰（茭白）。

篇非談茭白，因便及之耳。

蓴小姐驚鴻一瞥

不久前，一個飲食界組織，把杭州菜介紹給港人認識，「蓴」這蔬菜明星算是驚鴻一瞥地在此亮過相，一般對之不像以往隔膜。可是若說已經對它熟悉，也恐怕未必。原來蓴菜並非單獨產於江浙的湖泊，湖南的湖泊也有；不但有，而且被昔人描寫得出神入化，有趣非常。

明代享有大名的詩人袁中郎（宏道），在他所著「湘湖記」裏這樣描寫湖南蓴菜：

蕭山……而蓴菜尤美。蓴採自西湖（按非杭州的西湖），浸湘湖一宿然後佳，若浸他湖便無味……其根如荇；其葉微類初出水荷錢；其枝丫如珊瑚而細，又如鹿角菜；其凍如冰，又如白膠附枝葉間，清液泠泠欲滴。其味，香脆滑柔，略如魚髓、蟹脂，而清輕遠勝。半日而味變，一日而味盡。比之荔枝尤覺嬌脆矣。其品，可以寵蓮嬖藕，無得當者。惟花中之蘭，果中之楊梅，可異類作配耳。惜乎此物東不踰

紹，西不過錢塘江，不能遠去，以故世無知者。余往仕吳，問吳人：張翰蓴作何狀？吳人無以對。果若爾，季鷹（按爲張翰字）棄官不爲折本矣……

第二知音人

袁中郎公安（今湖北公安縣）人，曾到蘇州吳縣爲官。有趣的是他盛譽湘湖蓴菜之餘，又有機會順便「考察」吳縣所產的，查問「張翰蓴作何狀？」更奇的是查不出要領，就自說自話一番。但看他文中如此窮形盡相的讚美，可稱蓴菜的第二知音人。

袁氏又說：蓴菜在春暮始生，入夏數日而盡。張翰因秋風起而想起蓴菜，季節上不知怎麼搞的。誰知江浙的蓴菜四季皆有：春季狀如亂髮；四月間稱「雉尾蓴」；秋蓴長一丈餘，滑如凝脂，稱爲「絲蓴」；秋末冬初稱爲「塊蓴」；到了冬天則稱爲「豬蓴」或「龜蓴」。其中當以秋蓴爲最勝。

——一九八〇・刊「飲食世界」

金齏玉膾與什錦魚生

——「從魚生談到蓴鱸」中篇

「七彩」的魚生作料

熟悉廣州事物的人，對「什錦魚生」決不會感到陌生。即使沒吃過，也必會被出售此種食物店家的五光十色招紙，及其羅列店面的、切得絲線般細勻、堆得塔林般氣勢的魚生作料，吸引得駐足觀賞。

「什錦魚生」這稱謂不知起自何時。什(十)錦一辭，北人有作「什景」或「雜景」，蓋因音近而訛，當以粵俗爲正。紅樓夢的怡紅院有「十錦槅子」（建築上的花巧設計），

從前珠江三角洲四鄉宴飲的「九大簋」菜席上有「十錦肴」（肴者豬肉之傳統俗稱）。然則所謂什錦魚生，乃表示作料豐富的生動形容，與古語「金齏玉膾」有異曲同工之妙（其說下詳）。

什錦魚生之稱，二次大戰後概被「七彩魚生」所取代，因其時「七彩影片」開始接觸市人眼簾，大異戰前所見三原色彩片，於是「七彩」新詞崛興，食肆取作招徠是容易理解的。七彩之形容本來遜於什錦，人性喜新慕奇，不足怪也。

粵俗的調拌魚生作料，向缺明文規定，可以視環境而繁簡，更必隨階層而豐儉。雖然，約略也可以寫出一個大概——

固體者：酸子薑、酸蘿蔔、酸青椒、紅辣椒、酸紅蘿蔔、酸黃瓜、酸蕎頭、嫩藕、陳皮、韮黃、葱白、芫荽、魚生菜（一種香草）、檸檬葉……（俱切寸許長細絲）

液體者：花生油、蔴油、辣油、白醋、高粱酒、生抽、各種醬（備用）……。

粉末者：胡椒粉、精鹽、肉桂末、大小茴香粉（備用）……。

以上作料，只有固體一類是堆得起來的，那十幾種東西中各負任務，有爽口（中和

魚片的沾膩感）的，有酸濇（增長魚味的深度並負殺菌作用）的，有辛辣或芳香（增味辟腥）的，也有以鮮明顏色加强食品可觀性的。日本的「刺身」，看來是唐宋魚膾的東傳，而色味皆寡，或者須具另一種學問，始能「食而甘之」。

精神上古今契合

上文提過的「金齏玉膾」，的確是古人對上席魚膾的形容。齏字讀如「擠」，有加草頭的和決爲字房所不備的別種寫法。在此處用之，概指魚膾的種種作料。古代對弄碎之物稱爲「齏粉」，古人製「齏」不但用刀切碎，還用木臼（舂坎）來舂。曹娥碑上有「齏臼」之詞，是一種古老廚具。

筆者此刻要學一種北魏——也就是稍後於那想起蓴羹鱸膾而辭官歸故里的張翰時代，傳下來的「八和齏」製法，略資證明：

八和齏的原料是：「蒜一，薑二，橘三、白梅四、熟栗黃五，梗米飯六、鹽七、醬八。」

製作法中，詳細說明齏臼須用重身的檀木做，杵長四尺等等。原料分量當有詳列，有趣的是把加入蒸熟黃色栗子肉的理由列出：「諺曰：金齏玉膾。橘皮多則不美，故加栗黃，取其金色，又益美味甜。五升齏用十枚栗，用黃軟者。」

古食譜中，齏有多種。上述八和齏的配方專爲吃魚膾用，註明：「右件法止（只）爲膾齏耳」別用者不須如此濃厚。又說明：做膾用的魚，「長一尺者第一」（頭尾不算），太大則皮厚肉硬，只合做醃魚了。又說：切魚膾的人切完了也不得洗手，洗手則魚片會受到影響而潮濕，故「要待食罷然後洗也。」

這是一千五百年前輯錄的一頁古食譜，由此可以略見「金齏玉膾」和「什錦魚生」，精神上是古今契合的。

宋代文人愛魚膾

魚膾（鱠）是薄切魚片調以味料（齏）而生吃的食制，上篇已說得明白。做膾的魚肉非新鮮不可，鮮魚的肉切開來，其色瑩潔光彩，故有「玉膾」之稱。米襄陽（芾）

「將之苕溪戲作呈諸友」詩云：

松竹留因夏，溪山去爲秋；

久賡白雪詠，更度采菱謳。

縷玉鱸堆案，團金橘滿洲；

水宮無限景，載與謝公遊。

此外，米氏蜀素帖一首「吳江垂虹亭作」云：

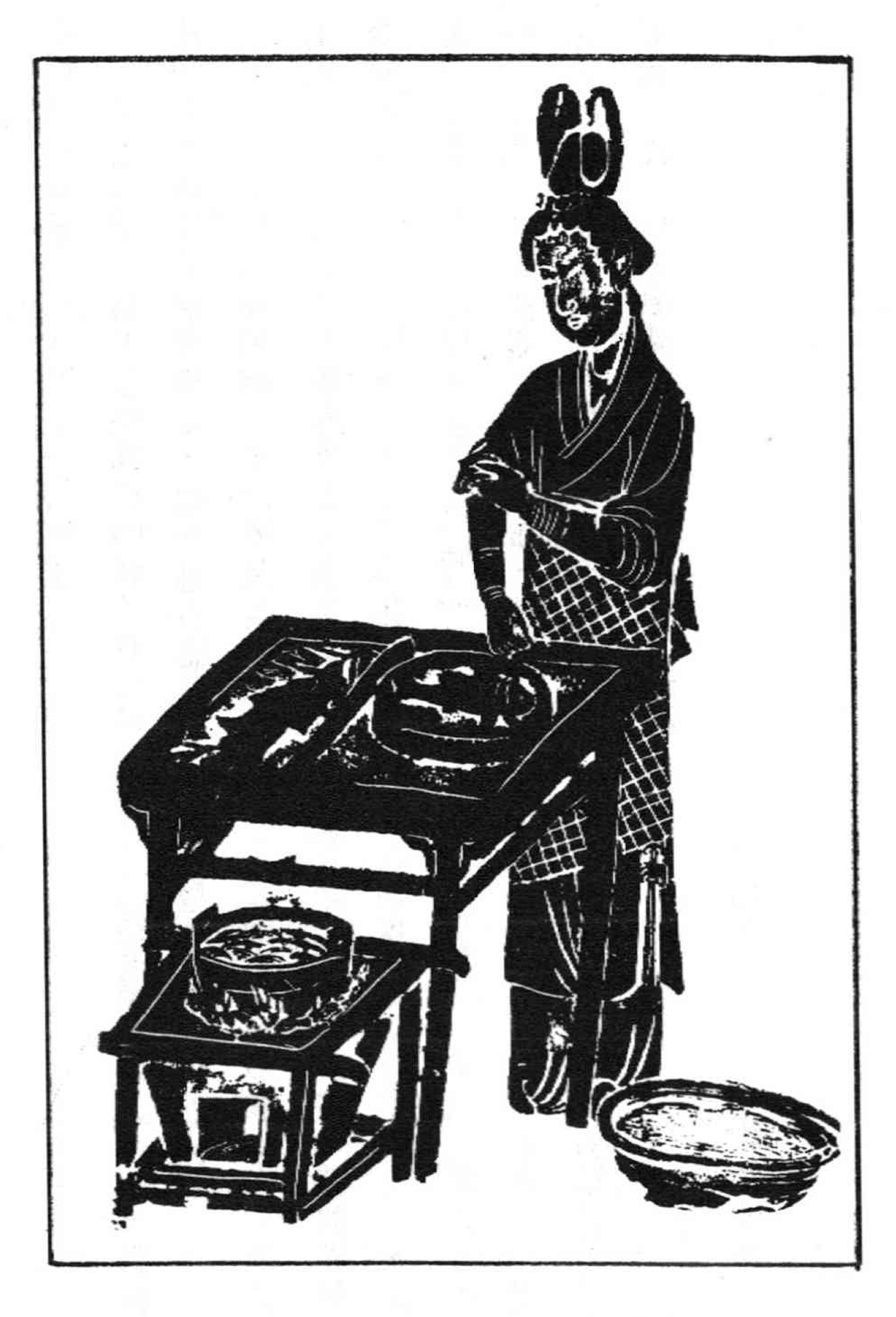
斷雲一片洞庭帆，

玉破鱸魚金破柑。

好作新詩繼桑苧，

垂虹秋色滿東南。

以上兩詩都以玉比喻瑩潔的鱸魚肉色。按：米芾妙於翰墨，畫法獨創一家，書法被推爲宋四家之首，爲人放逸不羈，故有米顚之號。他詩中的苕溪，乃中國自古盛產江上鮮名區，唐時歌詠「桃花流水鱖魚肥」的張志和，就是一位流連其間自號「烟波釣徒」



■宋代畫像磚之斫鱠圖。今日我們叫做起魚肉和切魚片。

的隱者（見前文）。苕字一作竹頭。

米氏兩詩，前者預期秋後的好節目而爲之神往，後者屬即景之作，羊脂白玉般鱸魚片和金光耀目的洞庭柑子，燦然都在眼前，他推舉爲江南秋色的代表。

宋人特別稱頌魚膾，米詩雖無膾字而膾在焉，一個縷字和一個堆字，即活活畫出膾的精神了。大詞人辛棄疾作品中也常出現魚膾，好像：「意倦須還，身閑貴早，豈爲蓴羹鱸膾哉！」（沁園春）。又像：「休說鱸魚堪膾，儘西風，季鷹歸未？」（水龍吟）。劉後村（克莊）一首沁園春，提到魚膾部分口氣很大，那幾句是：「喚廚人斫就、東溟鯨膾；圉人呈罷、西極龍媒。天下英雄，使君與操，餘子誰堪共酒杯！」這就是所謂壯詞。須知「斫膾」是宋人的常用辭，本文附圖顯示一婦女捲起衣袖要開始對付砧板上的魚，那是實在從宋代畫象磚拓下來的，就叫「斫膾圖」。

——一九八一·刊「飲食世界」

「膾成雙蝶」的廣東作風

——「從魚生談到蓴鱸」下篇

宋人嗜魚膾的話已說得不少，回頭再說廣東的魚生。

屈大均「廣東新語」，鱗語章中有「魚生」篇；「鰣魚」章也提到魚生。這樣說：

> 予家在沙亭鄉（按屬番禺縣），池沼頗多，親戚相過必以斫鱠爲歡，以多食鱠爲韻事。予有過某族翁斫鱠詩云：「出水鮮鱗作鱠宜，蠻薑蜜酒沃紅肌。相過一味魚生足，不必重爲鷄黍期。」「鱠成雙碟食如流，冬至魚生絕勝秋。明歲方塘思佃取，養魚思向范公求。

古人的詠事小詩，往往就是一則精簡的筆記，經濟而優美的筆墨中有好些讓後人解

決問題之鑰藏着。屈氏詩，前一首明明表示魚生就是鱠（屈書此字作魚旁，悉從之），還說到以薑和酒做「撈魚生」的作料。後詩說到把魚片切成雙飛蝴蝶狀，又說到「冬至魚生」諺語，還提出來和江南人士秋日餐鱠之俗作比較，末了表示要「佃」（租）一個魚塘實行養魚，俾可多嘗此種佳味。至於詩內云「紅肌」而不云玉肌，一因魚肉中有紅的成分，（他吃的是鯇魚），次因此字不宜作仄聲，且「沃玉肌」念起來音節不美。

扶旺不扶衰之說

屈氏「魚生」篇，列舉可用的七種魚，總括說：「以鯇爲上，鯇又以白鯇爲上。」曾居珠江三角洲者皆知鯇魚中有「黑鯇」，通身呈灰暗之色，身價食味皆次於白鯇（鯇字音挽）。

屈氏述魚生製作程序，出以韻文，讀之有味。文曰：

以初出水潑剌者，去其皮劍；洗其血性，細劊之爲片。（性字原作魚旁，應作俗謂鐵鏽者同音。）

紅肌白理，輕可吹起；薄如蟬翼，兩兩相比；沃以老醪，和以椒芷；入口冰融，至甘旨矣……

詩人讚美任何事物都用詩形容，屈大均為嶺南三家之首的大詩人，吟詩是他拿手好戲，他的魚生詩不少，錄一兩首出來欣賞，以見不讓宋人專美於前也。鰣魚鱠詩云：

雨過蒼蒼海目開，
早潮未落晚潮催。
鰣魚不少櫻桃頰，
與客朝朝作鱠來。

又一首云：

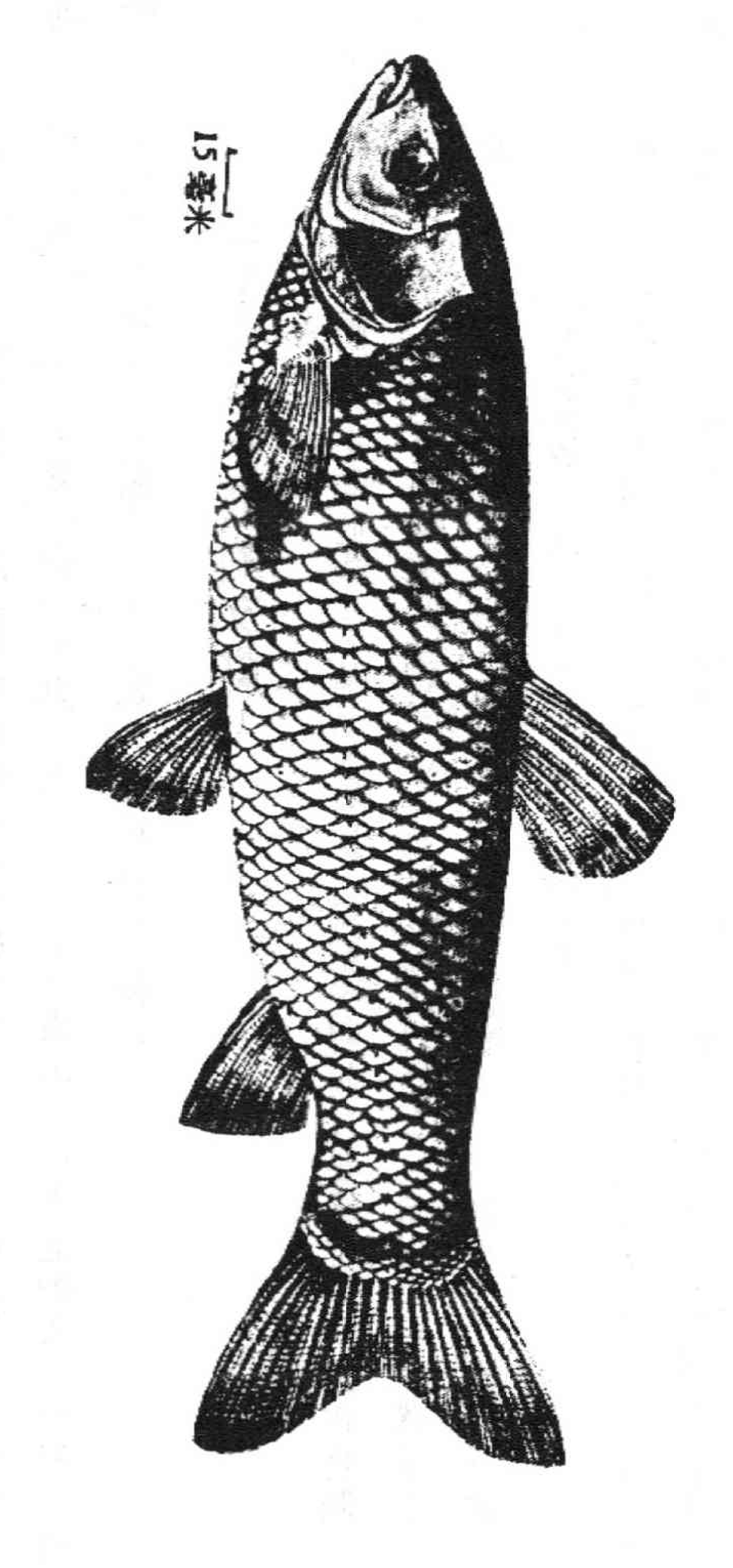
羚羊峽口嘉魚美，
不若鰣魚海目鮮。
黃頰切來紛似雪，
綠樽傾去更如泉。

詩中「海目」是山名，這是說以江上鮮爲鱠，比前詠鯇魚又異其趣。文中述及鰣魚嘉魚做鱠勝於鯇魚，而鰣魚又以：「櫻桃頬爲上，黃頬、鐵頬次之，爛鱗、粉頬爲下。」

屈文又記着：食魚生後應吃「魚熟」，以適其和。又說：身體壯健的人方才適宜食魚生，俗有「魚生犬肉糜，扶旺不扶衰」說法。

前文輯錄了幾項魚生和狗肉相提並論的現代俗語，原來三百多年前粵俗已經如此（屈氏生於一六三零，卒於一六九六年）。所謂扶旺不扶衰者，無非因體健之人不易爲魚生所含的菌類與寄生蟲所侵，又不怕較難消化的狗肉脂肪與纖維爲患，且能吸取二者營養而爲身中補益；體弱者吃進二物，則受不起而生病的機會較多。如此而已。筆者少時常吃魚生，後來知道肝蟲厲害，連魚片粥也不敢入口，不暇研究自己何時爲「旺」，何時爲「衰」了。每於粥肆見別人呼取生的魚皮魚片，吃得津津有味。食者皆夷然自若，筆者則股慄色變。自念當年也曾如此吃過，幸能逃出「蟲網」耳。料想三百餘年前江水污染程度輕微，屈大均乃有「與客朝朝作鱠來」的口福。

屈文篇末說：「粵人多有魚生之會，以天曉空心食之佳。或以鱔之烏耳者、藤者、



■ 鯇魚，是吃魚生的最好材料。

黃者爲生；亦有以蠔爲生者。嶺內人不知此味，不足與之言。」

文中說到以魚生爲早餐，又說幾種鱔和蠔都可以做「生」。原來粵人早已吃生蠔，然則這一招也未必是洋鬼子發明的。至說「嶺外人」，乃指中原或更北的人，中原人稱我們嶺南之地爲「嶺表」（嶺外），故屈氏回稱他們爲嶺內人。

二千八百年前的文獻

屈大均說：「嶺內人不知此味」。這話很有趣。魚膾，明明曾是風行全國的古食制，怎好說嶺內人不知此味呢？原來膾的調製，中原早已失傳，只嶺南保留着一些餘緒罷了。

清人著「因樹屋書影」有云：「古食物中不傳者有斫膾」。所謂不傳，當指詳細的膾法。上文介紹北魏的齏膾，實在說來，也只一鱗半爪而已。

斫膾食制之失傳，因中國古代數被外族入侵，遊牧民族曾長時間入主中原，漢文化屢遭凌夷之厄。在那些日子中，部分生活習慣受到影响，其中若干甚至失落了。關外的少數民族以羊爲主要肉食，試觀元人所著「飲膳正要」，幾乎全是羊肉食譜，可知風氣

所趣了。

膾之爲古食制，在上篇提到禮記的記載外，最爲人所知的是孔子的「食不厭精，膾不厭細。」在記述孔子生活態度一端的這個膾字，乃泛指各種肉類的膾。至於專指魚膾的文獻，保存於詩經這部上古史詩及民間歌謠的結集。所記之事早於孔子在世之日三百餘年，正確日子爲距今二千八百零五年前的周宣王五年。是年周室派遣大將尹吉甫北伐玁狁，派遣大將方叔南伐荊蠻。尹氏獲勝而回，軍容甚壯，詩經小雅「六月」章就是記述此事。章末云：「吉甫燕（宴）喜，既多受祉……飲御諸友，炰鼈膾鯉。侯誰在矣？張仲孝友。」叙獲勝而歸的主將喜宴親朋，菜單中有明爐燒水魚、鯉魚膾等。與宴者有位以孝於親、友於兄弟出名的張仲。那一定是當時的名流，才會在詩中留下了輝煌紀錄。

——相信粵人對這段簡單的上古文獻，會特別感到興趣。

——一九八一·刊「飲食世界」

從杜甫詩說到生菜包

新春口味說春盤

過了舊曆年，人們的口味也該隨季節以俱新；新春裏不少傳統的飲食花樣，仍可找出原本意義來，杜甫「立春」詩第一句說：「春日春盤細生菜」，紀錄下唐人立春日的重要應節食品，至今尚有遺踪可見。

「春盤」是從前立春那天家家必備之品，可稽考的較早年代，是一千多年前的晉朝；至於春盤外又有「春餅」，可稽考的較晚年代，是距今約百年的清末。其實，民國後民間仍有春餅踪跡，上述指手邊的文獻而言。

先說春盤。杜甫詩句中只描寫盤上的「生菜」，並未細述內容。據「摭遺」，春盤

是晉代民間立春日互相餽贈的「節禮」，盤裏怎會只有生菜那麼簡單呢？

說到杜詩裏的「生菜」，引出另一有趣問題。我們如今在港穗間說起生菜，人人知道是什麼；在外省那就未必，恐怕國內不少地方都無此菜踪跡，可是翻查起來，「生菜」又不是近代才出現的方言。

春盤裏有生菜春餅

生的蔬菜，和我們慣常以之佐膳那種可以生吃的黃綠色皺葉菜，都可以稱爲「生菜」。那麼，杜甫詩裏的「生菜」應該作何解釋呢？

「唐・新修本草」所列菜部三十八種名稱中，並無「生菜」，連萵苣（是前代生菜的正身，目前港穗所見生菜的近親）都沒有，却在「蘆菔根」（按即蘿蔔）項下有兩句說：「其嫩葉，爲生菜食之；大葉（則）熟啖。」意思說：嫩的蘿蔔葉可以當生菜吃，大葉則可煮熟了吃。然則嫩蘿蔔苗可稱爲生菜之一，蘿蔔根（頭）更屬「生菜」範圍。

清人著「植物名實圖考」的萵苣條，引錄了杜甫種萵苣詩序。可知杜甫不但知道萵



■萵苣與白苣（左）。

苣，自己還動手種植過；他的「春盤」裡料必有此物在內罷？

按：萵苣有「苦苣」、「萵苣」、「白苣」之分。白苣俗稱生菜。

白苣名稱初見於「嘉祐（按爲宋仁宗年號）本草」。由此推斷，杜甫詩裡的「生菜」只是泛稱，並非專指一菜。「摭遺」記東晉的春盤有蘿蔔和芹菜，料應還有萵苣（而不是白苣）。又據「四時寶鑑」：「立春日，唐人作春餅、生菜，號春盤。」可見春盤裡除生菜外，還有春餅的。

把上述摘記綜合說明：立春這節氣，象徵萬物生機經過寒冬的停滯後又告萌動，民間製作春盤，以迎接天地間的生機。意義就在這裡了。

咬春和嚼鬼

原則上，春盤裡的「生菜」都可以生吃，所以蘿蔔和芹菜是主要角色。古人的嘴不像今日香港人「尖」，明朝司禮太監劉若愚記述宮中生活習慣說，立春那天，無論等級尊卑都嚼生蘿蔔，稱爲「咬春」；又互相請宴，吃「春餅和菜」。

「咬春」之辭十分生動有趣，但還有個比這更生動有趣的辭，是爲「嚼鬼」。這是明朝新年風俗之一，還有用盒子包裝在市上出售的「鬼肉」，市民買來大嚼，意義是：「人道長而鬼道消」，城內男女老少都變了吃鬼的「鍾馗」。

畢竟盒子裡的「鬼肉」是什麼？原來是驢頭肉。據說：當時俗稱驢爲鬼。以驢代鬼，是以白馬代龍，以雄雉代鳳那一「型」的食譜，異日有空，倒可以把那李代桃僵式的食制拿來談談；此刻言歸正傳，那時的盒裝鬼肉，却可說是現代人吃牛肉乾、豬肉乾的明代版本了。

生菜得名與功用

今日香港粵菜中的「生菜包」，個人覺得可能是古代民間「春盤」的遺意。那當然要說出些理論上的根據來。

據「清波雜志」，生菜之由普通名詞成爲專門名詞，似在南宋初年（十二世紀中葉），還和宋高宗趙構有些關係：

據說，紹興某年，高宗巡幸建康新豐鎮，迎駕的官員備辦供應各物，認爲皆已齊備無缺，誰知內官忽然傳出旨意，索取生菜兩籃，大出負責備辦的官員意外，遂一疊連聲傳呼「要生菜」！自此之後，萵苣遂成名品。

到了明代，李時珍在他的「本草綱目」解說得很清楚。他說：幾種萵苣都宜於生吃，不宜烹煮。食法是壓去其汁液（因帶苦澀之味），然後加鹽醋拌食，統稱生菜，其中尤以白苣爲佳，故獨得生菜之名。

由於權威人士的幾句話，可知廣東的生菜是前代白苣變種，變得更適口，外形則與萵苣頗有距離。

白苣的食療價值，據「綱目」：

補筋骨，利五臟，開胸膈壅氣，通經脈，止脾氣，令人齒白、聰明、少睡；可常食之。解熱毒、酒毒、止消渴，利大小腸。

原來白苣有這許多功用，也可以說生菜有這許多功用。

從古風說到生菜包

中國古代的飲食習慣，經過幾次外族入侵與統治而失落了不少，北方所受影響更大，遠在五嶺以外的廣東則保存了不少下來，筆者曾談的吃狗肉和吃魚生（魚膾）；如今談「生菜包」，都屬這個系統。

古代中原飲食文化留存於廣東的，實在不少，上述只是幾項犖犖大者。有些烹飪方式，烹飪名詞，牲體各部名稱，炊具稱謂等等，都典型猶在，音義依然；有些失落了本來的字而代以另作的俗字，一一皆可覆按，像本來是釜字而代以「煲」（充滿古音的潮州話，釜字的發音就是「煲」），本來是鐺字而代以「鑊」（試查辭海，鐺字的讀音就是「鑊」），本來是煠字而代以「烚」等等，不一而足，「沙煲罌鑊」俱屬古稱，那是有些「外江佬」所未必明白的。

却說「生菜包」實在不是一道菜色之名，只說明了一種別致的吃法。「包」裡乾坤可以千變萬化，香港各食肆慣常用「鵪鶉鬆」；近年大興吃鹿風氣，就有了「梅花鹿鬆

生菜包」，總以用料名貴爲尙，否則賣不起錢。

其實那是民間食品，簡單美味爲其本色。以叉燒、蠔豉粒加鷄蛋來炒飯，洗淨新鮮生菜嫩葉裹而食之，葉凉而飯熱，葉爽而飯軟，葉淸雋而飯甘香，風味別饒，是爲此種吃法的特色。

廣州附近地區，一般人家年晚時炸了粉絲、腐竹、油饊等「乾齋」；到了人日，主婦以此爲基本而加入種種鮮蔬乾蕈，煮成腴美適口的什錦齋，一般就用來大吃生菜包；包內加一片家製臘腸，放上些海鮮醬，吃得手濡腮脹，老少咸宜，鶺鴒與梅花鹿鬆無此味也。

神秘的「生菜會」

人日吃生菜包，是否立春日吃「生菜」的遺意呢？拙見以爲可能是的。

上文提過那明朝司禮太監記述禁城內形形色色之書說：立春日，無論貴賤等級，人人嚼生蘿蔔，互相請宴，吃「春餅和菜」。同時又記着：「初七人日，喫春餅和菜。」

可見立春和人日有其意義相同之處。

廣州風俗，戰前有個「生菜會」，藉「觀音開庫」（舊曆二月初八）之日舉行。因此「會」牽涉到生菜包，故順便說到。

「生菜會」之「會」，節目的進行很有點奇怪，參加者男女雜遝，似無若何「儀式」，除了大吃生菜包外，就大夥兒在廟裡席地渡過一宵。

個人思疑此乃古代上巳修禊，以至更古的採蘭贈芍等原始男女社交生活遺風，只轉換了一個面目。手頭資料不足，未便武斷。現在只說生菜包。

有資格人士相告：「觀音開庫」那天，參加者所吃生菜包例以蜆肉爲餡。個人雖未吃過，也想像得出其雙重意義。蜆的樣子像荷包，廣州於年晚時節，里巷一片呼賣「發財大蜆」之聲，一般家庭貪意頭，買了以瓦盆清水養着，過了年就紛紛取其肉而加以切碎韮菜、肥臘肉粒炒起來，做生菜包來吃。

淡水蜆肉甘鮮冶味，和韮菜炒起來的香氣令聞者食慾大振，加上幾粒臘鴨肝，則更錦上添花，眞是春令的經濟、適口又好意頭的佳饌。

明宮的包兒飯

生菜包也是古已有之的食法，筆者從上述那司禮太監作品中，找到非常確切的證據：

「……以各種精、肥肉、薑、葱、蒜，剉如豆大，拌飯，以萵苣大葉裹食之，名曰包兒飯。遼東人俗亦尚此。」

這是四百多年前「生菜包」的素描。餡料是各種肉粒拌飯，用來包裹的是萵苣（白苣）葉。萵苣葉形狹長，不及今日生菜葉闊，故須揀大葉來用；今日用生菜，就反而要揀內層較小的葉了。

清嘉慶進士吳其濬著的「植物名實圖考」裡，說到萵苣時有如下的話：

「白苣則北人以葉包飯食之，脆甘無儕，且耐大嚼，故以生菜屬之。」

這話可以做那司禮監說「遼東人俗亦尚此」的注脚。不知今日遼寧一帶的人，還有無吃包兒飯的習慣呢？

上文提到「春餅」時說過，有稽考的較晚紀錄在清末。最後對此稍作交代：辭海引「燕都遊覽志」：「凡立春日，於午門賜百官春餅。」又續說：「按今俗，臘尾歲首亦有爲此餅者。參閱春盤條。」

春盤和春餅的關係，上文已經談過。

嶺南大儒朱次琦先生，康有爲的老師也。有「食春餅招關郭二生舍弟宗琦」長詩，錄出幾句：

使我身後名，不如眼前酒。平生省此語，每爲一點首。硬餅飣碗几，大肉相間之；不爲佳日娛，將隨韓子衰……白雪勸舉杯，有鳥提壺聲；何不從我飲，坐對千花明？

觀其詩意，當時吃的春餅只是粗製品，但餅中有肉，並且是「佳日」的應時食物。觀其詩的後半，知他意不在餅，而在享受大好春光罷了。

——一九八三•刋「飲食世界」

「清明菜」正名眞義

前文漫談生菜，從一句杜甫詩「春日春盤細生菜」引起，說了不少話。本文亦由一句杜詩引起，今歲入春多雨，每於晚上淅瀝聲中思食，不由得想到「贈衞八處士」裏那句「夜雨剪春韭」。韭之特別可談處不算多，但由它而說到它的「姐妹菜」身上，可供一談之點卻是不少，有些地方還會使一般粵人聞之覺得親切的。

韭菜登大雅之堂

在粵菜的國度裏，韭菜是不怎麼登大雅之堂的，但古人對它很重視，名字見於六經裏「詩」、「禮」兩經，並且不是閒閒提到而已。

詩經有句「獻羔祭韭」。莊嚴的祭禮裏，韭菜憑甚麼能與三牲之一的羊並列呢?禮

記裏兩句：「稻曰嘉蔬，韭曰豐本」，就是適當的說明，它不但與羊並列，也和五穀之首並列，還有個「豐本」的美號（祭祀中唱名專用）。原來韭菜的根（即是本），生命力特別豐富，韭葉割了會再生出來，一年可割多次，直到秋天長出韭花，收割了花還可以移根再種，加以特殊壅培而得「韭黃」，翌春又可繼續割新長的韭葉。

古人就爲了這種蔬菜可以長久收成，所以用「久」字的音做它的名。又有稱它爲「懶人菜」的。

韭菜的神秘色彩

韭菜有些別名含着神秘色彩，像「草鍾乳」、「起陽草」等，俱見「本草綱目」。前者拿晋人最重視的石鍾乳（認爲服食它可以延年甚至成仙）相比，認爲韭是草質的鍾乳；後者顧名可以思議。

究竟韭菜是否具有那些神秘作用呢？恐怕是言之過甚。「綱目」也只說它：「歸心，安五臟，除胃中熱……溫中氣下，補虛益陽，調和臟腑，令人能食……生搗汁服，主胸

痹骨痛不可觸者……治肥白人中風失音。煮食：歸腎壯陽，止洩精，暖腰膝……」

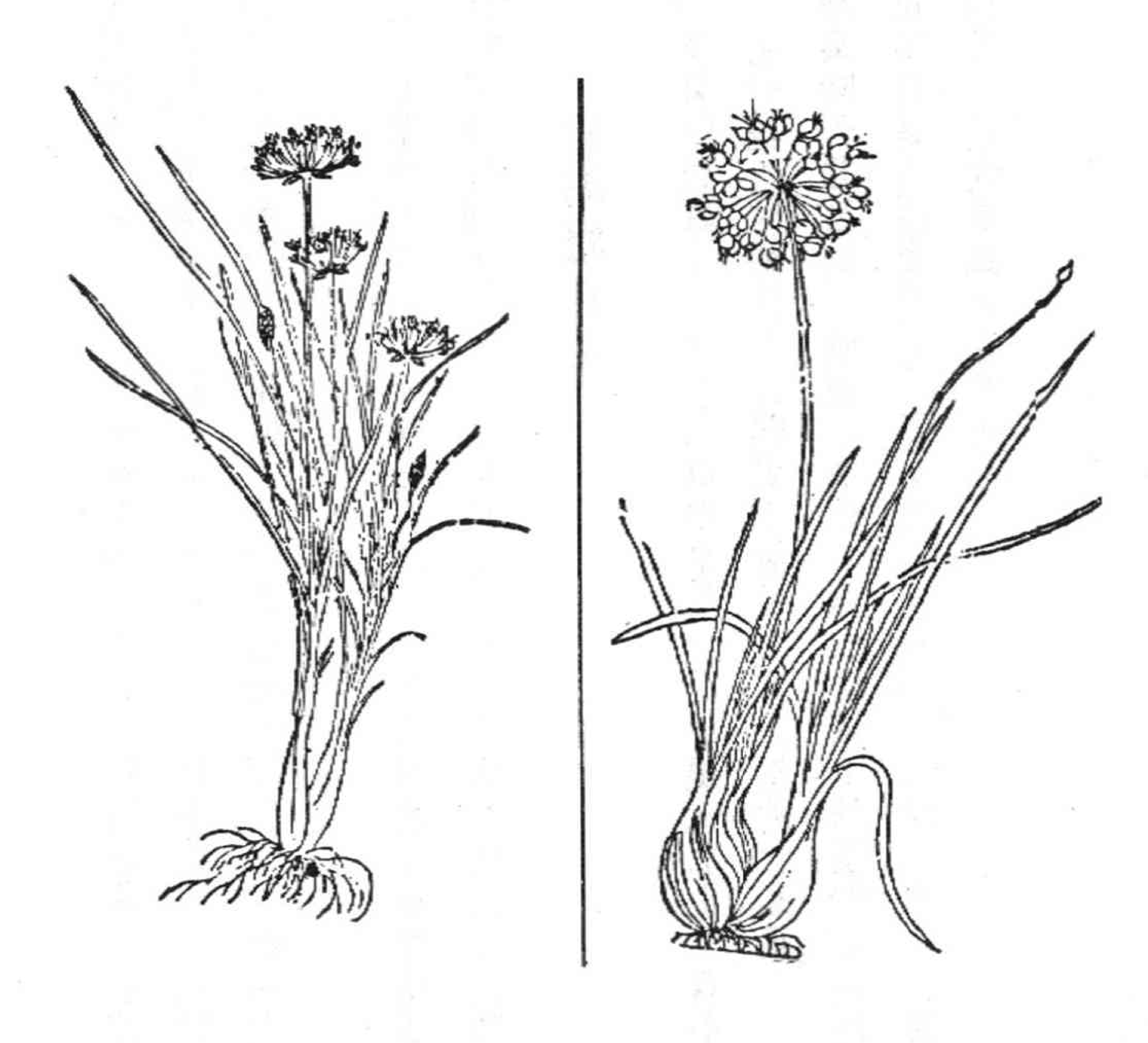
綜合看來，韭菜兼有「歸心」、「歸腎」的雙重作用，似對心絞痛及中風有療效。李時珍發揮了他一番對心腎兩歸之說的看法後，認爲「文雖異而理則相貫」，亦即予以肯定。

據此，韭菜具「溫補」性能是可信的，其功當然不會像傳說之神奇。其不大爲粵人所重，或因氣味强烈，難合以淸淡爲正的粵菜主調，所以不爲時重罷？

韭的姐妹菜

說到韭菜的姐妹菜，會有人以爲是葱、蒜之類。那也未嘗不可，但這些最多只能稱堂姐妹，它的親姐妹卻是在此間更不能登大雅之堂的「蕎菜」。

把蕎菜歸入韭菜的「直屬」系統，自有根據：蕎菜的正名爲薤，薤字裏有個韭字；而韭字在字典裏，不屬於「非」部，也不屬於「一」部，是另立部首的；薤字就在「韭」部裏。由此知道兩者關係之密切。



■薤（藠菜）與山薤（左）。

蕹字音械。無可懷疑就是粤人所稱的蕎菜，有「植物名實圖考」的圖為證。

蕹這東西，何以粤人不稱其正名而另外給它一個名呢？據拙見，一來蕹字難識難寫（另外還有個共二十三筆的本字，植字機無論如何拼不出來，從略），二來它有個草頭之下三個白字的別名。這個字，辭海和說文都沒收進去，據說音「叫」，江南人因此而訛稱「莜子」。

粤人稱為「蕎」（大約也沿着「叫」這個音而訛轉。本來蕎字音橋，只有蕎麥一個意義，但粤人借來稱蕹，讀橋音的高上聲（奇曉切），日子已久，「蕎菜」、「蕎頭」、「蕎尾」已成習用辭了。另有蓼蕎，恐非一物。

唐人食譜

蕹的地位，古人眼中不在韭之下，韭有「草鍾乳」別名，蕹亦有「菜芝」別名；古人認為靈芝是仙草，然則稱蕹為菜中靈芝，可見重視一斑。

韭菜在香港，地位殊不高，蕎菜更是等而下之，蔬菜價廉時不過幾分錢一斤，豈知

它在食療價值上，有着「輕身，不饑，耐老……溫中，散結氣；作羹食，利病人……心病宜食之，利產婦……溫補，助陽理」等作用（據「綱目」）。綜觀也是心腎兩益，和韭菜的路數相類，還對骨骼有助。

杜甫也有食薤詩：

束比青芻色，
圓齊玉筋頭。
衰年關膈冷，
味暖併無憂。

詩裏亦稱薔菜有溫補之效。

唐人食薔菜，杜甫用它溫暖體內關膈，偏於食療；白居易的食譜別開生面，卻用來調酒，其詩有「酥暖薤白酒」之句。凡吃薔菜者無不棄其青綠色的「薔尾」，剩下白色部分就是「薤白」。白居易大概是炒香了薤白泡在酒裏，乘酒暖而飲之。今人無論如何不會這麼炮製罷？

「清明菜」的解釋

粵人稱蕎菜爲「清明菜」，個人覺得這是最值得探討的。一般解釋、無非認爲清明時節乃蕎菜大量上市之秋，故爲祭祖者所樂用。這理由實在很薄弱。

清明節通常在暮春三月，其時青蔬紛紛登場，豈獨蕎菜可用？況且，看來粵俗用蕎菜爲主要配菜煮豬肉來拜祖先，這種習慣有着强烈的傳統意味，決非偶然。

筆者的探討從薤字出發。

宋玉「對楚王問」的一段古文，熟知者多：

客有歌於郢中者，其始曰「下里巴人」，國中屬而和者數千人；其爲「陽阿薤露」，國中屬而和數百人；其爲「陽春白雪」，國中屬而和者不過數人而已……

宋玉舉的戰國時流行曲「陽阿薤露」，雖其曲不傳，但可以從稍後流行。料已經過刪訂改寫的「薤露歌」，揣摩出它的意義。「薤露歌」只有四句，是一首輓歌：

薤上露，
何易晞！

露晞明朝更復落，
人死一去何時歸！

這是哀傷生命短促的傳統挽（輓）歌（挽柩車的人邊行邊唱），曹操名句「……人生幾何？譬如朝露……」，就是從此出來的。

此歌拿植物葉上所凝露水以比人的生命：露水很容易乾燥（晞），正如人的生命很快完結；可是露水乾了，明早又再凝聚，人的生命卻是一去不歸了！

宋玉所舉的「陽阿薤露」，加上陽阿（太陽所經的路線）意義，露水乾得自然更快。這意義容易體會出來。

重要的一點：植物葉上的露水都易乾，何以單指薤葉？

答案是：薤葉特別狹窄而光滑，毫無間隙可供露水稍作停留，因此獲得「代表」資格。

既然「薤露」是傳統挽（輓）歌，用薤（藠茱）來做清明供祭先人的蔬茱，不是有着深遠意義嗎？

——一九八三•刊「飲食世界」

美茹篇



■這些瓜菓蔬菜，都是做素菜的材料。

素菜面面談

蛋類是葷是素？

雞蛋鴨蛋鵪鶉蛋入饌，是葷菜還是素菜？

許多人會覺得這問題不能成立，因爲蛋可以孵出小雛，裏頭有着一個生命，當然是葷菜。

可是，從前有位詩僧日常吃的素齋，包括蛋類。有人提出疑問，那吃蛋和尙寫了四句詩來闡述他的理論：

渾沌乾坤一殼包，
也無皮骨也無毛。

老僧送汝西天去，
免在人間受一刀。

詩意顯示，該僧吃蛋不但不算殺生，還是慈悲爲懷，實應作爲功德論。

在此不擬研究老僧的理論正確抑或屬於詭辯，錄出爲素菜面面談之一面罷了。

佛經規定僧尼可以吃肉

和尙是該吃素的，當然尼姑也該吃素。但這只是一個概念，請別以爲全世界的和尙尼姑必定終年吃素。——這裏指修持謹潔的僧尼，不包括「酒肉和尙」們。

有些地方的佛教徒，根本不可能長年茹素，例如中國的蒙古、西藏，食物以羊肉、牛肉爲主，不吃肉就不能維持生命。所以，佛教的「密宗」是容許食肉的。

有趣的是：吃肉的佛教徒也不是甚麼肉都吃，理論上他們吃的是「淨肉」。淨肉，並非無骨無皮之謂。經典裏容許佛教徒必要時可以在不抵觸五項規條之下吃肉：那五項規條：

1 不見。
2 不聞。
3 不爲我殺。
4 自死。
5 鳥殘。

以上稱爲「五淨肉」。載於「楞嚴經」。

這規定是一枚「活塞」。規條戒律不能定得太死，如果一點寬容度俱無，教徒往往會面臨不破戒則死亡的抉擇。

印度的佛教徒必要時尚可以「開葷」（吃五淨肉），何況蒙古、西藏？更何況一般「居士」、「信士」、「信女」、「行者」那些並未眞個出家的慕佛之徒？

「三淨肉」與「自由式」

佛家言，「五淨肉」之外還有「三淨肉」，載於「十誦律」。據謂小乘戒中有此寬

容，大乘戒則不可。何謂三淨肉？那是：

1 不見。

2 不聞。

3 不疑。

要而言之，此亦一「活塞」也。

有些人在吃素上採取「自由式」，自己規定一年裏在某些日子吃素，美其名爲「花齋」；有些人往往爲了某種原因在神前許願，如所許願望達到，則茹素若干時日。吃「花齋」的花樣很多，前代不少婦女規定每月的初一和十五吃素，此爲花樣之一；也有吃「觀音齋」、「地藏齋」的，各只在神誕之日吃齋。

便算以俗說觀音誕一年有三天，吃「觀音齋」的齋期，仍不到歲月中百分之一。「地藏齋」等更無論矣。至於許願的茹素行爲，多數是舊式女子在父母、夫婿、兒女重病中，默默焚香禱祝：「如某人病愈，當茹素三年」之類。那種向神明允諾，從來很少「食言」，但這情形目前已極少出現了。

開葷・開齋

素食的行爲在中途停止，稱爲開葷。但粵俗則稱爲「開齋」，意義彷彿倒過來說。這話很有趣。此外還有一句「打爛齋缽」，調侃成份很重。

其實，有些人之停止素食是不得已的，不該加以調侃。間歇的素食對人身體有益，素食期間過長，體內的營養會出現不足現象，壯年與健康者未必有大問題，老弱的便會支持不住。「孟子」：「七十者可以食肉矣。」說明一般人七十歲後，只靠植物性食品養生，實在不夠。

據手頭資料：清末詩人陳蒼虬生平反對殺生，中年後開始吃長素，近七十時一病幾殆，治愈後體力極差，不得已只好開葷。另一位長期素食，到晚年因體弱不支而開葷的楊仁山，也是清末人，曾對佛經之流通貢獻頗多。

開食譜中清逸一派

素食從來被過度美化。古人的美化，拿仙佛傳說做脂粉；今人美化，拿營養學說和衞生理論做脂粉。前者在食譜中開了清逸一派，後者給世人指出中和之道；結果使中國飲食文化顯得更多姿多采，絕對是好事。然而，過度美化總是事實。

杜甫贈李白名句：「豈無青精飯？使我顏色好。」據說「青精飯」是養顏仙方，法用青精汁浸過的米來蒸飯。原來「青精」就是未經炮製的中藥旱蓮草，鄉人夏日愛摘來擂爛和米煮糖粥吃，筆者兒時吃過不少這種「青精粥」，照說多少該有點仙氣，敝鄉附近的珠江三角洲一帶也該可稱仙鄉。然而不然，此乃過度美化的一例。

蘇東坡詩中極度稱揚的「玉糝羹」，一說蘆菔（蘿蔔）搥碎加碎米煮成；一說用山芋（番薯）煮碎米。不論其蘿蔔粥也好，番薯粥也好，實在很難說到甚麼「風味」，但蘇東坡讚它：「色香味皆奇絕。天上酥陀則不可知，人間決無此味也。」料想其中也不無過度美化成份。

諸如此類把蔬果過度美化的例子極多，集合起來可以成爲一本厚書。這裏不多舉了。

鼓吹偏食的理論

持營養衞生論調的素食主義者，往往只知强調素食之益，而諱言其「偏食」之弊。人人知道兒童偏食某幾種東西的習慣很不好，殊不知專食素菜而不食葷菜，實際上也是一種偏食呀。

「營衞派」的素食理論，强調吃下腹中的肉類會產生毒素；會有刺激性；肉類多含有害人體的動物性脂肪；肉類含着可致高血壓的膽固醇；肉類難消化，會傷害消化系統；肉裏常會有病菌和寄生蟲……。

不錯，這些理由都成立，但只在偏食、多食或食前處理不當時，害處方才顯著；若予以强調而說得太過可怕，就相對地美化了素食了。

走火入魔

「鼎鼐調和」是中國菜的特色。不但衆味要「和」，各種質素的食品也要「和」，

甚麼都以「和」爲貴。用素菜來調和葷菜是天造地設的最佳配搭。

一桌菜，八色裏有二色素食；一盤菜，十成裏有三成時蔬，這對人的食慾，腸胃的消化，營養的需要，都是理想的。這「哲學」，中國人老早就精通，「走火入魔」者只有少數。

香港食家的要求，越來越新鮮了。就說素菜，美國來的鮮蘆筍只當它「芥蘭心」辦；大得像把小傘的厚花姑只當它香信辦；長遠以來被傳說得大有神話味道的東北大興安嶺與長白山「猴頭蘑」，擱在櫥窗裏似不足當香港人的一盼；銀耳早被降班到木耳的流亞；竹笙未見稀奇；燕窩不外如是。似此享受，實在已經超越古代帝皇；目前世上其他城市居民之口腹，未有及得上香港人的。

——一九八一・刊「享受月刊」

「關心惟食色」的曼殊上人

一段古・一首詩

說起來幾乎一段古：「飲食世界」約我寫稿，原本以談蘇曼殊這位爲食和尚開始，後來隔了二十多期才踐這個諾，長長短短已經忘記寫了多少篇；原因不一，只記得其中一個：舊曆新年不是談這類題材的理想時間。後來我想，大概馬季談之也不太適宜。一再遷延，以至此日。

其實，蘇曼殊未必是一位貨眞價實的和尚。他雖然說過：「余乃三戒俱足之僧，永不能與女子共住者也。」這是小說裏頭（斷鴻零雁記）的話，當不得眞。當年有些研究曼殊身世的人，把「斷鴻零雁記」當做他的自傳，生出種種錯誤。那些飲食「世界」外

的事情，須付幷刀一剪了。

附圖中一首沈尹默先生早年墨迹的詩，對曼殊上人在「食」、「色」方面的態度，有實際、深刻而親切的描寫。沈先生的書法可稱現代巨擘，他的畢生代表作九十件，一九八〇年七月間曾在上海美術展覽館展出。沈氏不單是一位書法大家，還是著名的書法理論家和詩人，以前歷任北京大學教授，北平大學校長；近三十年在文化方面的職位是中央文史館副館長，上海中國篆刻研究會主任委員；七一年六月逝世時八十九歲。一位如許份量人物筆下，一首充滿眞摯朋情的詩，很值得仔細欣賞。或者部分讀者不習慣看草書，特爲他們寫出如下釋文：

又出家·又任性

劉三來言子穀死矣

君言子穀死，我聞情惻惻，

滿座談笑人，一時皆太息。

■沈尹默的詩，對曼殊在食色方面，

有實際而深刻的描寫。

平生殊可憐，癡黠人莫識；
既不遊方外，亦不拘繩墨。
任性以行遊，關心惟食色。
大嚼酒案旁，呆坐歌筵側；
尋常覺無用，當此見風力。
十年春申樓，一飽猶能憶；
於今八寶飯，和尚喫不得！

詩題中的劉三名季平，是曼殊老友，曼殊詩中「多謝劉三問消息，尚留微命作詩僧」等名句，都說到他。子穀是曼殊許多別名之一。

詩中既稱曼殊為「和尚」，又說他「既不遊方外，亦不拘繩墨」，活畫出一個妙人。不遊方外已非和尚；不拘繩墨，是對世間各種法規不甚介意的生活態度，距離「三戒俱足之僧」實在太遠，跟着一句「任性以行遊」，是最好的注脚了。

說到曼殊關心的食和色，這裏當然先談食。沈氏此詩十八句，和食有關的竟佔了七





■上圖：披袈裟的蘇曼殊造像（李靈伽作）。
左圖：穿西裝的蘇曼殊。

句，可謂重矣。但曼殊吃東西說不上講究，他甚麼都吃，「貴多不貴精」。沈詩「大嚼酒案旁」的形容，相信是客觀而寫實的。

嗜甜食・號糖僧

定要指出曼殊口味的嗜好，會使許多食家齒冷。他特別喜歡甜品，有糖僧之號。這個「雅號」又切實，又和「唐僧」諧音，不知是他自己取的還是別人贈給他的。沈詩末聯特別提到「八寶飯」那種著名甜食，作爲結句，又深入又傳神，以遊戲之語寓沉痛之心，親切感人兩者皆備。按：沈詩作於距今約六十二年前，當時他大概三十六七歲。曼殊死後，曾發表研究或紀念性質文字的人，國學大師級有章太炎、章士釗、劉師培等，詩人有黃侃、柳亞子、黃節、沈尹默、沈兼士、劉季平等，新文學家有周作人、郁達夫、劉大白、劉半農、盧冀野、田漢、馮至等，名士有周瘦鵑、鄭逸梅、陳小蝶等，報人、革命家有葉楚傖、于右任等。當時北新書局曾輯成厚厚兩冊，附於四厚冊的曼殊全集出版。

吃得濫·寫得精

要知道曼殊怎樣「浪食無度」，請看他在日本寄給邵元冲信中的幾句。

……午後試新衣，並赴源順食生薑炒雞三大碟，蝦仁麵一小碗，蘋果五個。明日肚子洞泄否？一任天命耳。某君勸吕（按爲曼殊別名之一）勿歸，然則中秋月餅且無福消受……

民國四年八月，曼殊臥病日本時，曾寫過如下的信給當地一位朋友徐忍茹（節錄）：

月餅甚好，但分啖之，譬如老虎食蚊子，先生豈欲吊人胃口耶？此來幸多拿七八隻……黃老先生何以不送西洋點心來？阿看不准余外出，余但靜臥，以待先生將月餅來也。徐先生！喜帶蓮子蓉月餅四隻，豆沙餅六隻。

這樣的信就像一個饞咀孩子寫的。又有一封民國五年在杭州寄給上海（？）的邵元冲。曼殊的信常是很短的，這封的前半竟像南貨店的收貨單。如下：

摩爾登糖二百七十三粒，夾沙酥糖十合，紅豆酥糖十合。敬領拜謝……

腐乳包・新發明

曼殊有一項飲食上的「發明」，以前知道的人不少，今日在此間聽來會覺得可笑。他當日一本正經寫信告訴朋友：用乳腐（腐乳之滬稱）塗麵包吃，比芝士牛油都好。若有外國朋友問是甚麼，可以跟他說，紅的叫紅玫瑰，白的叫白玫瑰（按：上海習慣，南乳腐乳都稱乳腐，只以紅白別之）就是。牛身上的東西不能多吃，西人性子像牛，就是榜樣。

蘇曼殊這種關於飲食的理論，今日會被人稱為怪論。但他並不是一個「國粹派」，他作世俗裝時穿西服；他把西洋名著和名詩譯成中文，亦即介紹西方文化到中國來。他是中國月餅、西洋點心、摩爾登（按爲外國一家著名糖果公司的譯名）糖一律歡迎的。

嗲和尚・消魂偈

至於曼殊對「色」之關心，也節錄幾封信，讓他自己表明態度：

比來女郎索畫過多，不得已定下新例，每畫一幅，須以本身小影酬勞。男子即一概謝絕。諸公得毋謂我狂乎？（致劉三）

小病逆旅，舊友都疏，唯女校書數輩過存，不圖彼輩墮葉飄花，尚有故人之意。（答馬小進）

望道兄偕蕙姬東遊，老僧自當掃榻以待。老僧看破紅塵，決無揩油之理。……連日風氣和朗，翠袖紅妝，往來不斷。前日有麗人就病室問余病狀，入時余以爲老某來也。道兄東來，務望拖震新同來，吾有眞眞示之，省得將相片寄去，人又謂我花幾個銅板買來。耐說討氣弗討氣者？嗲得來！（致陳陶怡）

又憶一日隨道兄赴蒲田園觀牡丹菖蒲，有麗人情意戀戀，矚盼不捨，道兄豈不思念之乎？……尚念海上解語之花，不知飛向誰家耶？老三老五究屬少病少惱否？敬求道兄爲善護之，天心自有安排耳。余屢問醫生……笑而不答，跡彼心情，將謂和尚猶有揩油之興……藕生過存，席上佳人一一都被藕生驚散矣！（同上）

匆促東來，致未能與吾兄話別，祇能託花卿老九輩爲和尚致意。……昔時儔侶，

雲散風流，不能令人無青峯江上之思。過滬時當親訪諸姬，一訴吾飄泊之憾。（答沈燕謀）

破夏臨存，爲山僧說消魂偈。居士願耶否耶？（致黃晦聞、蔡哲夫）

以上節錄了六封信的警句。曼殊的畫只肯送給「女檀越」，又須以照片交換；積存許多女性照片，驕於朋儕，又以被指花幾個銅板買來而生氣（此處用蘇白寫出，大概收信者陳陶怡是蘇州人）；朋友携侶而來，他表示「掃榻以待」，又聲明不揩油。這都表示他對「色」的看法很灑脫，毫不戰戰兢兢。各函裏的「老某」、「老三」、「老五」、「老九」、「花卿」、「諸姬」、「女校書」、「解語之花」等等，都是曼殊和老友們稔熟的妓女。沈尹默詩中的「呆坐歌筵側」，就是和尚飲花酒的寫照；可是沈詩跟着一句「當此見風力」，或者曼殊眞能做到「目中有妓，心中無妓」罷？

添蛇足　辨盧山

概談了曼殊的食，並及於色，應該提供一點曼殊這個人的資料給較年輕的讀者參考。

較年長的人年輕時多數迷過曼殊；在這裡可以看到一個神秘色彩較少的「爲食和尚」。

曼殊是一位日本華僑（蘇姓，廣東中山人）之子。蘇有妻有妾，一妾爲本屬下女身份的日婦，曼殊即爲所生。一說，蘇氏納之爲妾時，該下女已經有身。亦即指曼殊是個「油瓶兒」。其後日妾不爲蘇家所容，曼殊兒時就沒有正常生活好過。

以上曼殊童年的略述，日後他在作品中常說：「遭世有難言之恫」和「東歸尋母」等等，都以此爲基礎。

曼殊在日本受基本教育，回國後萍縱無定，與當時的學者、革命黨多有往來；也到過香港，在一間報館任低級職位，據說就在那時候到惠州落髮爲僧的。

曼殊有文學天賦，學者朋友對他的影响不少；他的小說「斷鴻零雁記」發表後男女青年讀者極多，後來續寫「絳紗記」、「焚劍記」等多篇，並其他性質作品。此外，曼殊的小詩寫得清麗絕倫；他的英文和梵文造詣也都不錯。他以胃病死於上海時只有三十五歲，國內同情哀悼者之多，相信很少作家比得上。

筆者有位老讀者羅先生，年近八旬。他研究蘇曼殊問題已超過半世紀，權威地位今

日是無可置疑的了。五十餘年前，羅先生一篇佔曼殊紀念集三十餘頁的專文，已使當時「曼殊專家」的名詩人柳亞子等重視，自後羅先生一直與柳通信，討論關於曼殊的問題，柳死後則改與其執教美國某大學的公子無忌通信。

柳無忌退休後，在美國仍有關於曼殊的新作（英文）出版。羅先生曾給我看一封寄給無忌而遭郵局退回的信，頗表不安。（後來恢復聯絡。）

把羅先生近年研究心得歸納成簡單一點：曼殊實在是一位革命黨人。他之做和尚，又帶着許多傳奇色彩，無非掩護作用；他的到處流浪，其實是進行革命工作。如此說法當然有証據支持，也當然不在此說到。題外之文已經太多了。後來看了羅先生一篇短稿，勸他改寫成七八千字的正式論文發表。把一個懸了六十餘年的悶葫蘆一下子打破，大家會覺得痛快的。

——一九八〇・刊「飲食世界」

吃齋還是吃齋？

葷素和齋雜

素菜是葷菜的對稱。一葷一素，向來平分着飲饌事業的天下。可是，我們廣東人慣常稱素爲「齋」，稱「葷」爲雜，好像天經地義，無可置疑。這習慣不知從何時開始？其實是不無問題存在的。

不深明粵俗的外省人，很少知道「雜」的意義等於葷，卻似乎「知道」「齋」的意義等於素。個人總覺得其間頗有些非三言兩語可以說明的曲折，有些地方或會存在着有趣的語文訛轉。按下慢表。

一個齋字兩種意義

浮光掠影的想想那齋字，不但古已有之（古書裏多作「齊」），自從佛教傳入中國，一千多年來，「齋僧」（以飯款待僧人）和「吃齋」的話更是民間習用，有何問題存在呢？

但若作較深入的了解，就明白古書裏的「齋」，只是摒除雜念，潔其身心，表示虔誠的意義。所以在重要的祭祀之前，必先「齋戒沐浴」，齋字包括了多方面的謹飭。

佛教徒的「齋」另有意義，指午前或午間吃的一頓飯（稱爲齋食）。佛門規制，僧尼過午後皆不進食。所以，佛家說吃齋，意義像我們說「食晏」，並不等於說「吃素菜」。——僧尼吃素菜是常事，不必頓頓特別提起，正如我們不必每一餐都特別說「吃雜」一般。

辭海「齋食」條於此有清楚說明：「所謂齋者，非指食體，乃就食時間而言。過午不食爲齋，午後食即非齋矣。」

從前身份像沙律

那麼，吾粵民間之「食齋飯」（吃團年飯的傳統稱謂）和「煮齋」，以及寺觀、食肆裏之「羅漢齋」，雜貨店裏的「齋料」等等，裏頭的齋字又從何而來呢？這就得說到一些筆者大半憑推想而來的有趣過程。

筆者曾經寫過追溯粵人「吃魚生」源流的一篇，題爲「金齏玉鱠與什錦魚生」。文中說到「齏」這東西，還錄出了一千五百年前一種專門製作來調配魚鱠（生的魚片）的「八和齏」配方。

大概的說：「齏」是中國古代飲食文化的一種特殊產物，它的身份介乎菜餚與醬料之間，如果拿今日西菜裏的「沙律」做譬喻，是最恰當的。

西菜裏的沙律，種類繁多，成份是各種不經烹煮的蔬菜、果品、香料、脂肪、調味料，而混以煮熟而冷卻的肉、蛋等顆粒。中國古時的齏，原則上和「沙律」相同而較爲複雜，製作也嚴格得多。

身份的轉變和獨立

有句成語：「懲羹吹齏」（剛被熱羹湯傷了嘴，吃齏也小心地吹過才敢放進口裏），可知「齏」是冷盤；又鑒於曹操與楊修相約共猜曹娥碑上那兩句老謎語中，「齏臼」暗指「受辛」；又有「化爲齏粉」的老話，可知這種副食品以辣味爲主，由許多材料切細搗碎拌勻而成。

可是，這情形慢慢發生變化，原本件隨着主食上桌的「齏」，爲了喜愛的人多，就從附庸地位脫穎而出，經過豐富、調整、改組種種過程，它「獨立」了。「獨立」後升爲一道菜的「齏」，仍保持它以多種植物爲主與細切和勻的特色，卻已非冷盤。名稱也保持着。

齏字音擠，字形和讀音都和齋字很接近，訛轉的成因，或者有着棄繁取簡理由在內（指字體），也只是測度而已。

宋人書裏的齏和發展

爲了要尋覓一點稍可支持上述推想的證據，翻到宋人林洪著的「山家清供」。該書上下兩卷，列清高隱逸之士所宜的食譜一百零五品，其中有「齏」兩品，雖然簡單，但決非附庸佐食身份，是「獨立」了的。一名「忘憂齏」，一名「不寒齏」。

「忘憂齏」之名，取意在嵇康兩句話：「合歡蠲忿，萱草忘憂。」合歡和萱草都是植物，而後者的花，便是我們常吃的金針菜了。

林洪在他的書裏所錄「忘憂齏」調製方法，先引上述嵇康兩句話，然後這樣說：

崔豹「古今注」曰：「丹棘，又名鹿葱」（按：其實即是萱草，作者多引異名，不外自矜博學而已）。春，採苗；湯焯過，以醬油滴醋作爲齏……

調製倒是簡單的，看來食譜裏用的是萱草的嫩株，而不是吃它的花。食譜後還附有幾句「贊」，由於一位六合縣邑宰常吃此物，於是贊曰：

春日載陽，採萱於堂；天下樂兮憂乃忘！

說到「不寒齏」，看來是冬日食了可以禦寒之意。調製比前者更簡單：

法用極清麪湯，截菘菜，和薑、椒、茴、蘿；欲極熱（熱？）則以一杯元齏和之。又：入梅英一掬，名梅花齏。

照此看來，「清供」裏連「梅花齋」就有三種宋人煮「齋」的例子。此外，宋周密著「武林舊事」的「市食」類有「辣齏粉」；「菜蔬」類有「糟瓜齏」和「淡鹽齏」；那麼，由廣東人再加發展，而爲「羅漢齏（齋）」，「什錦齏（齋）」等，豈非順理成章嗎？

齏是古代的雜錦冷盤

最後，還要舉出一個時代較近、又更像目前我粤民間說到「煮齋」語氣的例子：

明人何喬遠著「名山藏」的「貨殖記」裏，一則記事說：某年冬節，府尹主持「鄉飲」禮，馬一龍邀集了二十四位八十歲上下的老人，舉行耆英會，席間各說一種年輕時經歷之難忘者。其中一位姓廷名黼的老人這樣說（原文）：

當時隆冬盛寒，家作土炕，燒榾柮（按：柴節也），煨芋、葛、煮黃齏。父母兄弟妻子圍坐……

由此可知，「齏」這種古代的雜錦冷盤，明朝已經成爲「雜菜倸」了。筆者以爲今日粵人說的「齋」，實由「齏」字的訛轉，又混入了素齋的部份意義。不知高明以爲然否？

——一九八二·刊「飲食世界」

■這部綜談飲食文章的結集，亦文亦史，是作者十年來爲三種刊物寫飲食專欄的部份精選。作者通過不同時代、不同地方；又借助歷史人物，放筆寫他的飲食專題。趣味濃郁，可讀性高。書中配圖皆由作者多方蒐集提供，各有根據，富參考價值。此爲首輯，次輯在整理中。

封面設計：蔡浩泉

定價港幣十八元正